

まっぷる

カリフォルニア ロサンゼルス サンフランシスコ



California Los Angeles San Francisco

HOLLYWOOD

サンノゼ

特別付録

VIA WOOD
N. ROAD TRIP
カリフォルニア
ロードトリップ
BOOK

カリフォルニア
ワイナリー巡り
ナパ
ソノマ

世界遺産の大自然
ヨセミテ国立公園



エンターテインメントと
ビーチカルチャーの聖地へ



大人気テーマパーク

ディズニーランド・リゾート
ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド
ナッツベリー・ファーム



ケーブルカー
で街めぐり



あなたの夢を叶えよう
カリフォルニアで。



自由な発想と無限の可能性を秘めたカリフォルニアで、その昔から今まで
たくさんの方がココロに描いた大きな夢を実現させてきました。
サーフィンやスケートボードなどのスポーツ、洗練されたスタイルで提供される
数々のニュー・キュイジーヌ、広大な自然の中に行く爽快なドライブなど、
皆さんの抱く大きな夢をカリフォルニアで叶えてみませんか？

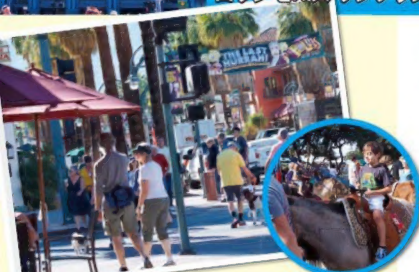
California®
dream
visitcalifornia.jp big

California Los Angeles San Francisco

まっふる カリフォルニア・
ロサンゼルス・サンフランシスコ

contents

Come on!



必ずお読みください

■本誌に掲載されている営業時間や表記などのデータは、2020年1〜3月の取材・調査に基づいたものです。諸事情により、料金・価格など、掲載情報に変更になる場合もありますので、ご利用の際には事前にご確認ください。なお、本誌に掲載した内容により生じた損害・トラブル等については、弊社では補償しかねますのであらかじめ、ご了承のうえ、ご利用ください。

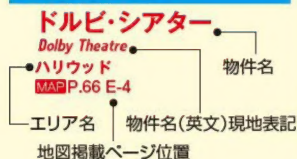
■本誌中の料金、価格の単位はUSドル (\$) で表示しています。2020年3月現在、\$1=約109円、10,000円=約\$92

■休業日は、祝祭日や年末年始、臨時休業を除いた定休日のみを表示しています。

■原則、地名や掲載施設名などはアルファベットで表示しています。地名などのカナ表記については、日本語では表現しきれない微妙な発音もありますので、編集部判断で統一しています。日本で通用しているものは、その表記に従っています。

■クレジットカードの利用には、手数料がかかる場合があります。

物件の読み方



物件データの読み方

- 所在地
 最寄駅などからの所要時間
 電話番号
 フリーダイヤル
 営業時間、開館、開園時間
 定休日(年末年始、クリスマス、旧正月、臨時休業などを除く)
 入場料・料金 / S: シングルの1室料金、T: ツインの1室料金※時期、予約方法などにより変わる場合がありますので、ご注意ください。飲食店の場合はアルコール飲料を含み、食事予算の目安、Lはランチ、Dはディナー
 使用できるクレジットカード
 V: Visa, M: Master, A: AMEX, J: JCB
 客室数
 ホームページのURL (http://は省略)
 予約が望ましい

002 読者限定の無料スマホアプリ!!まっふるリンク

004 カリフォルニアはこんなところ

008 カリフォルニアでいたいこと10

012 カリフォルニアでスポーツを楽しもう!

取り外して使える!

California Road trip 付録
**カリフォルニア
 ロードトリップ
 BOOK**



ロサンゼルス

016 **Los Angeles**

018 4泊6日モデルプラン

020 **Los Angeles**
テッパン遊びガイド3024 有名なキャラにも会えちゃう!
テーマパークに行こう!!

025 ディズニーランド・リゾート

026 ディズニーランド・パーク

027 ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パーク

028 ダウンタウン・ディズニー

029 ナッツベリー・ファーム

030 ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド

031 ユニバーサル・シティウォーク

032 **注目タウンにGO!**

032 ● ハリウッド

034 ● ビバリーヒルズ&ロバートソン・ブールバード

036 ● サンタモニカ

038 **LA観光はホップオン・ホップオフで攻略!**042 **ロサンゼルス****イチオシ! グルメNavi**

042 ● グルメバガー

043 ● おしゃれカフェ

044 ● スターシェフの店

045 ● 夜景がステキなレストラン

046 ● エスニック料理

047 ● カップケーキ

048 **要チェックのセレクトショップ**050 **人気のヘルシーマーケットへ!**052 **LA雑貨セクション**054 **マストGO! なショッピングスポット**056 **Los Angeles ホテルセクション**058 **LAからの1Dayトリップ
サンディエゴ**

060 ロサンゼルス市内交通

062 ロサンゼルス MAP

サンフランシスコ

068 **San Francisco**

070 4泊6日モデルプラン

072 **San Francisco**
テッパン遊びガイド4078 **ロハス&オーガニックな
フェリービルディングへ**080 **注目タウンにGO!**

080 ● ユニオン・スクエア

082 ● フィルモア&チェスナッツ&ユニオン

084 ● ミッション

085 ● ヘイズ・バレー / ヘイト・アシュベリー

086 ● バークレー&オークランド

088 **サンフランシスコ****イチオシ! グルメNavi**

088 ● シーフード

089 ● オーガニック

090 ● カリフォルニア料理

091 ● ワインがおいしい店

092 ● グルメコーヒーの店

093 ● 人気のスイーツ

094 **San Francisco ホテルセクション**

096 サンフランシスコ市内交通

097 サンフランシスコ MAP

102 **ヨセミテ国立公園
圧巻の絶景に遊ぶ**104 **カリフォルニア
ワイナリーめぐり**

サンノゼ

106 **San Jose**

112 トラベルインフォメーション

117 カリフォルニアお役立ち便利帳

118 インデックス

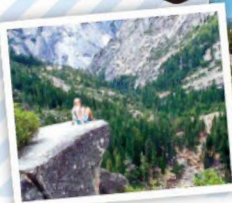


ヨセミテ国立公園

Yosemite National Park

P.102

カリフォルニア州の東の端に位置するアメリカ3大国立公園のひとつ。険しい岩山や深い森など大自然の美しさが実感できる。



目の前に雄大な光景が広がり、圧倒される

海が隆起してできた標高3000mを超える岩山と深谷がつくる荘厳な風景が魅力

Column 1

カリフォルニア州

カリフォルニア州はアメリカ西海岸の大部分を占め、州都はサクラメント。州旗は、1911年に正式に制定された。中央にデザインされたクマはカリフォルニア・グリスリーで、今は絶滅している。



CALIFORNIA REPUBLIC

主要エリア
早わかり

サンタバーバラ

Santa Barbara

付録P.11



海沿いに点在する家々の赤い瓦屋根が、街路樹などのグリーンに映える

ロサンゼルスから140kmほど北に行ったところにあるサンタバーバラは、18世紀にスペイン人によって開かれた美しい街。

おすすめスポット

- ★ワイナリー ▶付録P.11
- ★ミッション・サンタバーバラ ▶付録P.11
- ★サンタバーバラ郡庁舎 ▶付録P.11

サンディエゴ

San Diego

P.58

カリフォルニアの南端に位置する、州内第2の都市。街には昔メキシコ領だったところの面影が残る。

おすすめスポット

- ★シーワールド ▶P.59
- ★バルボアパーク ▶P.59
- ★サンディエゴ・ミッション ▶P.59

カリフォルニアはこんなところ



日本より広く、ロサンゼルスやサンフランシスコといったアメリカ屈指の大都市を擁するカリフォルニア。その魅力を満喫するためには、まずは各エリアの特徴を把握しよう。

カリフォルニア州の総面積は423,970km²で、日本の約1.1倍。全米州のなかでいちばん日本人・日系人が多く、その数約43万人。ロサンゼルスはヒスパニック系、アジア系の民族が多く、サンフランシスコは白人が約50%で中国系が多いのが特徴だ。

ロサンゼルス

Los Angeles

P.16

セレブの象徴ビバリーヒルズ、開放感あふれるビーチ、夢の国に誘うテーマパーク。広大なロサンゼルスには、多様な魅力を持つ街が点在する。フレンドリーな人々と触れあいが、自分の旅をデザインするのもいい。

おすすめスポット

- ★サンタモニカ ▶P.36
- ★ハリウッド ▶P.32
- ★ビバリーヒルズ ▶P.34
- ★ダウンタウン ▶P.20

TCLチャイニーズシアターは、ハリウッド屈指の人気観光スポット



ハリウッドサインは、世界的に有名なランドマーク

カリフォルニア州最大
青い空と海のエンタメ・シティ

HOLLYWOOD

Column 2

日本からは直行便で約10時間

羽田と成田・関空から各都市に直行便が運航。ロサンゼルスへは約10時間、サンフランシスコとサンノゼへはそれぞれ約9～10時間。



樹齢200年といわれる
木もあるという

高さ100m近い
レッドウッドが
林立する森。カ
リフォルニア北
西端にある。



レッドウッド 国立&州立公園

Redwood National & State Parks

ソノマ Sonoma

P.105

ナバ・バレーに隣接するソノマ・バレーと北
部のヒルズバークに400軒以上のワインリ
ーが点在する。



- ①ソノマでは多彩なブドウが栽培されている
- ②サンタローザにはスヌーピーの生みの親、チャールズ・M・シュルツの博物館も→付録P.8



サンフランシスコ

San Francisco

P.68

フィッシャーマンズ・ワーフやゴールデン・ゲート・ブリッジ、アルカトラズ島などの観光スポットが点在し、名物のケーブルカーがガタゴトと走る坂の街。新たにセールスフォース・タワーや空中公園も完成し、見どころがまた増えた。

おすすめスポット

- ★セールスフォース・タワー ▶P.69
- ★フィッシャーマンズ・ワーフ ▶P.74
- ★フェリービルディング ▶P.78
- ★アルカトラズ島 ▶P.77

- ③ビルの間を縫うようにして走るケーブルカーにも乗ってみたい
- ④ゴールデン・ゲート・ブリッジへは、フィッシャーマンズ・ワーフから自転車で乗って行こう



ナバ Napa

P.105

アメリカでいちばん
有名なワインの産
地。著名なワイナ
リーも多く、サンフ
ランシスコ発のワイ
ナリー・ツアーも多い。

なだらかな丘陵地帯にブドウ
畑が広がる



ナバでは価値
感のあるワイ
ンを購入する
こともできる



デス・バレー国立公園

Death Valley National Park

アメリカでもっとも熱く、もっとも乾燥
している国立公園。

高さ30m前後の砂丘が
連なるサンド・デューン



サンノゼ

San Jose

P.106

カリフォルニア第3の都市で、
シリコンバレーの中心地。ハイテク系の博
物館やIT関連の企業の本社などが並ぶ。



おすすめスポット

- ★サンノゼ美術館 ▶P.107
- ★ウィンチェスター・ミステリー・ハウス ▶P.107
- ★デック・インターラクティブ博物館 ▶P.107
- ★アップル・インフィニットループ ▶P.108
- ★インテル・ミュージアム ▶P.108



三方を海に囲まれた
坂の街



サンノゼ美術館
も街の中心部に
ある

- ⑤インテル・ミュージアムは、サンノゼの中心街から車で15分ほどのところにある



Q.税金はどうなっているの？

A.都市によって異なる

セールス・タックス(消費税)は都市によって異なる。ロサンゼルスは9.50%、サンフランシスコは8.50%、サンノゼは9.25%(2020年3月現在)。ただし、セールス・タックスは変更される場合があるので注意しよう。



Q.お酒とタバコのルールは？

A.公共屋外では飲酒も喫煙も禁止

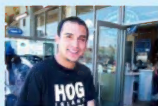
飲酒は21歳からで、公園など公共屋外での飲酒は禁止。酒類を購入するときも、ID(パスポートなどの身分証明)の提示が必要だ。バーやクラブなどでも、年齢確認のため提示を求められることがある。またカリフォルニアでは、レストランやバーを含む、すべての公共の建物内での喫煙は禁止。屋外でも道路や公園など人の集まる公共の場での喫煙は禁止されている。



Q.チップの目安は？

A.レストランでは15~20%

★タクシー…料金の15%。荷物を出し入れしてもらったら1個につき\$1ほど ★ベッドメイキング…\$2~3 ★ベルボーイ…\$2~3
★レストラン&バー…飲食代金の15~20%(セルフサービスやサービス料が加算されている場合は不要)



Q.治安はどうなの？

A.夜はとくに気をつけて

アメリカ国内の大都市に比べると、治安はいいほうだ。でも、空港や人の多い場所ではスリやひったくりがあるので要注意。ホームレスも多いので、近づかないようにしよう。とくに夜は危険なので、ひとり歩きは避け、タクシーを利用したい。

Q.気をつけたいマナーは？

A.レディ・ファーストの精神で

レディ・ファーストはアメリカの伝統的な習慣。ショッピングやレストランの出入りやエレベーターの乗り降りなどでは、スマートに先を譲ったり、譲られたりしたい。高齢者への配慮、教会や美術館では帽子を取るなど、基本的なマナーにも気を配ろう。

出発前にチェック！ カリフォルニア 滞在Q&A

Q.フライトは何時間くらい？

A.直行便で約10時間

ロサンゼルス、サンフランシスコ、サンノゼの各空港へは、羽田と成田・関空からそれぞれ直行便が運航している。所要時間は、ロサンゼルスまでは約10時間、サンフランシスコとサンノゼまでは約9~10時間。

Q.通貨と為替レートは？

A.1ドル=約109円

(2020年3月現在)

通貨はUS\$ (ドル)と¢ (セント)で\$1=100¢。2020年3月現在10000円=約\$92となる。\$1紙幣はチップに使うため、多めに用意しておこう。硬貨は25¢をクォーター、10¢をダイム、1¢をペニーと呼ぶことが多いので注意しよう。

Q.ESTAって何？

A.電子渡航認証システムのこと

アメリカをビザなしで訪れるには、電子渡航認証システムESTA(エスタ)の登録が必要。渡航前に公式ウェブサイトで申請しておこう。申請料金は\$14。代行会社もあるが、日本語説明もあり自分でも簡単に登録できる。🌐<https://esta.cbp.dhs.gov>

Q.日本との時差は？

A.夏が16時間、冬が17時間

日本とカリフォルニアの時差は、夏が16時間、冬が17時間。カリフォルニアのほうが、半日以上日本より遅い。夏と冬で1時間違うのは、サマータイム(デライト・セービングタイム)のため。カリフォルニアでは3月第2日曜~11月第1日曜がサマータイム。



日本が3日
午前9時のとき



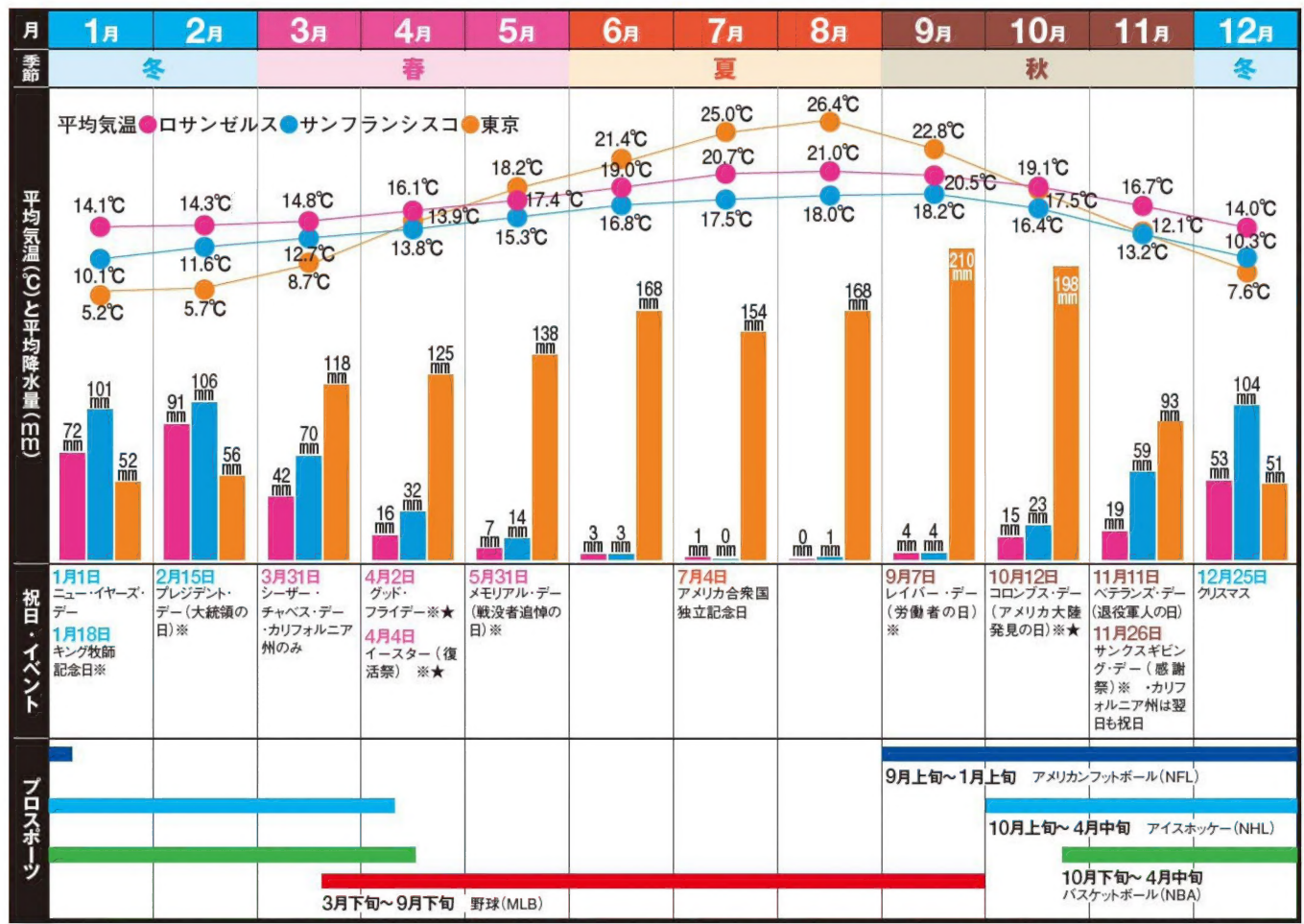
カリフォルニアは
2日午後4時



カリフォルニアは
2日午後5時
(サマータイム)

気候とイベントをチェック!

名だたる観光スポットが集まるカリフォルニアはイベントもいろいろ。日程が決まったら、その時期にどんなイベントがあるかチェックして計画を立てよう



※印は移動祝日のため、毎年日付が変わります。掲載しているのは、6月～12月が2020年、1月～5月が2021年の日程です。★印の日は祝日ではありません。平均気温と降水量は気象庁のデータに基づきます。

Column 3

スーパーマーケット&アウトレット

日用品やおみやげを買うのに便利なスーパーマーケット。近くにあれば立ち寄ってみたいアウトレット。近くに行ったら寄ってみよう。

おしゃれな大型スーパー ターゲット Target
www.target.com

スーパーとは思えないほど、かわいい雑貨やおしゃれ小物がそろ。お値段も手頃。アメリカンなおみやげをチェックしよう。

MAP P63 C-4 / P63 D-4 / P64 F-2 / P65 D-4

世界最大のスーパーマーケットチェーン ウォルマート Walmart
www.walmart.com

アメリカ国内だけでなく、中南米、アフリカ諸国にも店舗を展開。日常生活に必要なものは、ほとんどそろ。お得な価格も嬉しい。

国内外の著名なブランドが並ぶアウトレット サイモン Simon
www.simon.com

ロサンゼルスやサンフランシスコなど、アメリカの主要都市に約30店舗展開する本格的なアウトレット。

Desert Hills Premium Outlets 48400 Seminole Dr, Cabazon 10:00～21:00 MAP 付録P.12 / The Outlets at Orange 20 City Blvd West, Orange 10:00～21:00 MAP P.62 H-5 / Camarillo Premium Outlets 740 E Ventura Blvd, Camarillo 10:00～21:00 MAP 付録P.10

カリフォルニアで したいこと10

テーマパーク、プロスポーツ、絶景、美食、エンターテインメント……。
何でもそろそろカリフォルニアだからこそ、やりたいことを厳選しよう！



HOLLYWOOD

ハリウッド
サインは
ロサンゼルス
を象徴する
サイン

白い「HOLLYWOOD」の文字を実際に見れば、ロサンゼルスにきたことをいやがうえにも実感させられる

1 ハリウッドサインが見たい → P.32

ロサンゼルスといえば、サンタモニカ丘陵のリー山にあるハリウッドの看板。ひと文字の高さは14m、幅は9mとかなり巨大だ。



チームが勝利して大喜ぶゴールデンスター・ウォリアーズのファン

2 スポーツ観戦 がしたい → P.12

カリフォルニアを本拠地とするプロスポーツチームは少なくない。選手たちの派手なパフォーマンスや超美技に触れたら、一瞬でファンになってしまうかも……。

ホームランボールを
もらうために、子ども
たちは、グローブを
持って外野席に陣
取る

プロスポーツは
迫力満点。
地元のファンと
一緒に
盛り上がりよう



ステップの上に
ピョンと乗る
ステップ乗車は
昔も今も
大人気!

パウエル・ハイド線に乗っ
てフィッシャー・マンズ・ワー
フへ向かえば、途中から目
の前に海が開ける



ビデオ9には
お楽しみがいっぱい!



フィッシャー・マンズ・ワーフのピア39Lには、水族館やメリーゴ
ーランド、ショッピング、グルメと何でもそろっている

3 ケーブルカーに乗りたい

サンフランシスコ観光で欠かせないもののひとつがケーブルカー。ゆっ
くり進むケーブルカーに乗って、のんびり街並みを楽しもう。

→P.72



カリフォルニアには、ディ
ズニーランド・リゾートを
筆頭に楽しいテーマパー
クがいっぱい。大人も十分
に満喫できる。独特の世界
を楽しもう。

童心にかえって
物語の世界を
思いっきり
堪能しよう

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッドは、映
画の撮影スタジオやオープンセットがあ
る広い敷地がテーマパークとなっている

本物の映画の世界に
どっぷりつかろう



映画『スター・ウォーズ』シ
リーズの世界を再現した
テーマランド『スター・ワ
ーズ・ギャラクシー・エッ
ジ』がディズニールゾ
ートにオープン

4 テーマパークへ行きたい

→P.24

大自然の
エネルギーを
感じながら
広い公園を
巡ってみよう

風を切って走るのは
とても気持ちいいよ

ヨセミテ国立公園のなかには、全長20mのサイクリングロードが整備されている

マリボサ・グローブで
巨木とご対面

ヨセミテ国立公園の南端にあるマリボサ・グローブには約500本の巨大なセコイアの木がある。

ヨセミテはイエローストーン、グランドキャニオンと並ぶ、アメリカの三大国立公園のひとつ。大地のエネルギーが肌で感じられる。

絶景ポイントとして名高いグレイシャー・ポイント。ヨセミテの全容が見渡せる

5 ヨセミテ国立公園へ行きたい →P.102

西海岸には
タイプの異なる
ワイナリーが
たくさんあって
楽しいですよ

6 おいしいシーフードを食べたい →P.44・88

ロサンゼルスもサンフランシスコもおいしいシーフードのお店が多い。屋台から高級レストランまで、それぞれの味わいを堪能したい。

ロサンゼルスのレストラン「ヘリグボン・サンタモニカ」でシーフード三昧

カリフォルニア沿岸域は豊かな漁場。ここで獲れる魚介は新鮮でおいしいからぜひ、食べてみて

©Marie Buck Photography

サンフランシスコのフェリービルディングに入っている「ホグ・アイランド・オイスター・カンパニー」は気軽にシーフードが楽しめるレストラン。生ガキもクラムチャウダーも大人気だ

新鮮な生ガキはミルグツぽい味わい

7 カリフォルニアワインを楽しみたい →P.104、付録P.11・12

気候に恵まれたカリフォルニアでは、ブドウの果実が完熟するのを待って収穫することができる。このため果実味あふれる味になるといわれる。

8 アップルの本社へ行きたい ➔P.108



アップルパーク
ビジターセンターは
カフェも
併設されている

アップルの本社もシリコンバレーにある。アップルパーク・ビジターセンターとアップル・インフィニットループは誰でも訪問可能で、多くの人で賑わっている。

アップル・インフィニットループはアップルの本社内にあるアップルストア。グッズも販売している



アップル本社の敷地内に突入!

アップルパークビジターセンターは、インフィニットループのストアより大きめ。ここでしか買えないグッズもいろいろある

9 ゴールデン・ゲート・ブリッジを渡りたい ➔P.76

フィッシャーマンズ・ワーフからゴールデン・ゲート・ブリッジまでサイクリングを楽しむ人は多い。レンタサイクルのお店もあるので、気軽にチャレンジしてみよう。

気持ちいいわよ〜



多くの人で賑わう観光名所だよ

カニの看板が目印のフィッシャーマンズ・ワーフ。シーフードの屋台がいろいろと並び、買い食いも楽しい



ゴールデン・ゲート・ブリッジは世界に冠たる美しい橋

1937年に完成したゴールデン・ゲート・ブリッジ。対岸のサウスサリットまでは、自転車でも30分ほど

10 サンタモニカへ行ってみよう ➔P.36

サンタモニカ・ピアのゲートは、この街のランドマーク。夕暮れどきは多くの人で賑わう

パシフィック・パークは、桟橋の上につくられた遊園地



観覧車からは素敵な夕日も堪能できる



ロサンゼルス西に位置するサンタモニカは、開放的なビーチタウン。ここに行けば、誰もが思い描く西海岸そのものと出会えるはずだ。

サンタモニカ・ピアにある遊園地「パシフィック・パーク」。観覧車に乗れば、絶景のオーシャンビューが楽しめる

を楽しくもう!

観て感動、やって感激!
プロスポーツも街ナ
カスポーツも充実し
たカリフォルニアを
満喫するには、やっぱ
りこれはハズせない。



プロスポーツの世界を堪能

MLB×ジャーリーグを観戦したい

ロサンゼルス&サンフランシスコの
4球団をチェック!



ロサンゼルス・ドジャース

Los Angeles Dodgers

ナショナル
リーグ
西地区

鮮やかなドジャースブルーがトレードマーク

史上2人目の日本人メジャー選手、野茂投手が最初
に所属した球団で、日本人にはなじみ深い。国
際色豊かなチームで、黒人初のメジャーリーガー
を獲得したことでも知られる。石井一久投手をは
じめ、数多くの日本人選手が在籍し、活躍した。



ドジャー・スタジアム 本拠地

Dodger Stadium

眺めのよい球場として有名。左右非対称
が増えるなか、ここは左右対称スタジアム。

MAP P.62 F-3

1000 Vin Scully Ave, Los Angeles
LAダウンタウンUnion
駅から車で5分 ☎323-224-1507

GIANTS

サンフランシスコ・ジャイアンツ

San Francisco Giants

ナショナル
リーグ
西地区

メジャーリーグでも指折り数える名門球団

2012年と2014年を含め過去8回、ワールド
シリーズを制覇した、メジャーリーグ屈指の
名門球団。リーグ優勝通算23回は、ナショ
ナル・リーグ最多だ。同地区の強豪チームで
あるロサンゼルス・ドジャースとはライバル関
係。強力な投手陣がチームを支える。



オラクルパーク

Oracle Park

レフト席後方の特大グローブや、ココー
ラの瓶の中をいく大きな滑り台などが名物。

MAP P.98 H-3

24 Willie Mays Plaza, San Francisco
ミューメントロE・N・
T線King & 2nd駅から徒歩
☎415-972-2000



ロサンゼルス・エンゼルス

Los Angeles Angels of Anaheim

アメリカン
リーグ
西地区

地元人気はドジャースに負けない実力の球団

2002年に球団史上初のワールド・シリーズ優勝
を果たした。その後、西地区をリードする強豪球団
へと成長し、2007年からは地区3連覇も成し遂
げた。近年、大物打者やスター投手を獲得し戦
力を強化。大谷翔平選手が所属する。



エンゼル・スタジアム 本拠地

Angel Stadium of Anaheim

エンゼルスがホームランを打つと、外野の
間欠泉から花火が打ち上がる。

MAP P.62 H-5

2000 Gene Autry Way, Anaheim
LAダウンタウンから車で30分、ディズニ
ーランドから車で5分 ☎714-940-2000



オークランド・アスレチックス

Oakland Athletics

アメリカン
リーグ
西地区

若手選手が活躍する強豪球団

リーグ優勝15回、ワールド・チャンピオン9回を誇る強豪。低予算ながら若手の
有望株や中堅選手を発掘、適材適所の補強が当たり、毎年のようにプレーオフ
に勝ち残る実力を持つ異色のチーム。

リングセントラル・コロシウム

RingCentral Coliseum

大リーグの球場の中ではファウルグラウン
ドが最も広いため、ホームランが出にくい。

MAP P.97 C-3

7000 Coliseum Way, Oakland
バート Coliseum/Oakland Int'l
Airport駅から徒歩 ☎510-638-4900

How To
Enjoy!

メジャーリーグの観戦マナー

- 1 セキュリティのため、バックパックや大きなバッグ、買い物袋などをスタジアムに持ち込むのは禁止。荷物は最小限にしよう。
- 2 スタジアム内にはビン・カン・ペットボトルなどの飲み物は持ち込み禁止。ほかの観客の迷惑になるような大きな垂れ幕も禁止だ。
- 3 日本と異なり、笛や太鼓など音の出るものを使った応援は禁止されている。
- 4 ファンサービスの 일환として、ファウルボールやホームランボールはキャッチすればもらえる。
- 5 スタジアム周辺はひと気のないところが多い。ナイトゲーム終了後は大勢の人と一緒に行動し、寄り道せずに帰ろう。おみやげショップは試合前。

観戦チケットの入手方法

インターネットで!

各チームの公式サイトで購入できる。支払いはクレジットカードのみ。購入が完了すると、入力したメールアドレスにメールが届く。そこに記載されている「View & Print Tickets」をクリックすると、QRコードなどが出てくる。それがチケットなのでプリントアウトして持っていくか、スマホの画面を見ればOKだ。当日はバスポートなどの写真付きID、申し込みに使用したクレジットカードも忘れずに。

ドジャース 公式サイト

URL losangeles.dodgers.mlb.com

エンゼルス 公式サイト

URL losangeles.angels.mlb.com

ジャイアンツ 公式サイト

URL sanfrancisco.giants.mlb.com

アスレチックス 公式サイト

URL oakland.athletics.mlb.com

カリフォルニアでスポーツ

NBAバスケットボールを観戦したい

ロサンゼルス&サンフランシスコの
3球団をチェック!

ロサンゼルス・クリッパーズ

Los Angeles Clippers

ロサンゼルスの人気チームに成長

ロサンゼルス・レイカーズの弟的存在で、以前、田臥勇太選手が日本人として初めてプロ契約したチームとして知られる。2011~2012年から2019年シーズンまでは、プレーオフに進出。近年では大型補強を行い、戦力をアップしており、徐々に実力を付けてきている。

ステイブルズ・センター

Staples Center

試合のゲートオープンは、始まる1時間前ぐらいが目安となる。必見はオープニングの90秒間に流される選手紹介のビデオ。

MAP P.66 E-3

〒1111 S. Figueroa St, Los Angeles
☑️メトロ・レッドライン/パープルライン7th St/
Metro Center駅から徒歩10~15分、メトロ・
ブルーライン/エクスポラインPico駅から徒歩
5~10分 ☎213-742-7100

本拠地



ロサンゼルス・レイカーズ

Los Angeles Lakers

実力と人気を誇る名門チーム

NBAのレジェンドのマジック・ジョンソン、シャキール・オニールや故コービー・ブライアントほかの有名選手たちが、多数所属していた名門チーム。最長の連勝の記録を保持しており、NBAファイナルの優勝回数もボストン・セルティックスに次ぐ2位となっている。

ステイブルズ・センター

Staples Center

コート全体を見たいなら最上階の席がおすすめ。地元の人も多く非常に盛り上がる席。選手たちのプレーを見たいなら1階席がよい。

MAP P.66 E-3

〒1111 S. Figueroa St, Los Angeles
☑️メトロ・レッドライン/パープルライン7th St/
Metro Center駅から徒歩10~15分、メトロ・
ブルーライン/エクスポラインPico駅から徒歩
5~10分 ☎213-742-7100

本拠地



ゴールデンステート・ウォリアーズ

Golden State Warriors

「絶対王者」と西地区の呼ばれる強豪

1975年にチーム史上3度目の優勝を果たすが、その後、長期低迷が続いた。しかし、2014-2015シーズンに入ると、若手の成長もあってアウェイゲームでも球団史上初となる10連勝を記録。40年ぶりに優勝して、快進撃の口火を切った。5年連続でファイナル進出。「絶対王者」と呼ばれる。

チェイス・センター

Chase Center

2019年9月にサンフランシスコのミッション・ベイに完成。2019-2020年シーズンから、ゴールデンステート・ウォリアーズの本拠地となった。

MAP P.98 H-4

〒11111 Warriors Way, San Francisco ☑️ミ
ニメトロUCSF/Chase Centerからすぐ
☎877-479-7848

本拠地



How To
Enjoy!

NBAの観戦マナー

- 1 セキュリティのため、バックパックや大きなバッグ、買い物袋などをスタジアムに持ち込むのは禁止。荷物は最小限にしよう。
- 2 一眼レフなどプロフェッショナル用カメラ、ビデオカメラなどの持ち込みは禁止。試合中のフラッシュを使つての撮影は厳禁。
- 3 ノートパソコン、ICレコーダーなどの録音機具、ナイフなどは持ち込み禁止。

観戦チケットの入手方法

インターネットで

NBAチケットの購入方法はいくつかあるが、「Ticketmaster」を利用するのが便利。まずはTicketmasterの公式サイト(NBAのページに(www.ticketmaster.com/nba) アクセス。観たいチームを選んで、日にちや席を選択。購入が完了したら、パソコンからアクセスしている場合は「print Tickets」、スマホでアクセスしている場合は「QRコード」が表示される。あとは、それを持って会場に行くだけでOKだ。対戦カードにもよるが、NBAは人気のスポーツなのでチケットは早めに購入しておこう。

ゴールデンステート・ウォリアーズ公式サイト URL www.nba.com/warriors/
ロサンゼルス・レイカーズ公式サイト URL www.nba.com/lakers/
ロサンゼルス・クリッパーズ公式サイト URL www.nba.com/clippers/

街ナカスポーツにチャレンジ!

Skateboard スケートボードにチャレンジ



カリフォルニアではスケボーはとても身近な道具で、スーツを着てスケボーで通勤する人もいるくらい。若者にとっては、手軽な移動手段なのだ。みんなが楽しめるスケボーパークがいくつもあって、みんな熱心に上達を目指している。

スケボー

スケートボードは以下のところで体験してみることができる。

ベニス・ビーチ・スケートパーク

Venice Beach Skate Park

MAR P.67 A-3

〒1800 Ocean Front Walk, Venice

ストナー・スケートパーク

STONER SKATE PARK

MAR P.67 D-2

〒1835 Stoner Ave, Los Angeles

ベニス・ビーチ・スケートパークは初心者から上級者まで楽しめるパーク

Surfing サーフィンも楽しめる

カリフォルニアの海岸へ行くと、サーフィンをやっている人をよく見かける。サンタモニカのビーチなどでは、ウェアやボードのレンタルから初心者用のスクールを開いているショップもある。興味があれば、チャレンジしてみよう。

南カリフォルニアの
サーフカルチャーに触れる

サーフィン

サーフは以下のところでチャレンジしてみることができる。

カポワイ・サーフクラブ

KAPOWUI SURF CLUB

URL www.kapowuisurfclub.com/

アロハブラザーズ・サーフ・レッスンズ

alohabrothers surf lessons

URL www.alohabrothers.surf/



サンタモニカの海でサーフィンにトライ

Cycling 自転車 でビーチを走ろう!



海風を受けて走るのは
サイコーに気持ちいい

ロサンゼルスでもサンフランシスコでも、海辺をサイクリングしている人は多い。観光客用のレンタサイクル・ショップも多く、いろいろなタイプの自転車が揃っている。車もなく走りやすいので、時間があれば海辺のサイクリングを楽しもう。

サイクリング

サイクリング用の自転車は以下のところで借りることができる。

サンタモニカ・バイク・レンタルズ
Santa Monica Bike Rentals

URL smbikereental.com/ MAP P.36 / P.67 B-4

ブレイジング・サドルズ
Blazing Saddles

URL blazingsaddles.com MAP P.74 / P.100 G-1

サンタモニカのバイク・バス。
気軽にサイクリングを楽しむ
ことができる

ロサンゼルス
のビーチで
サイクリング

Yoga ヨガ でローカル気分

健康志向派が多いカリフォルニアでは、ヨガも盛ん。ビーチや公園でヨガ・レッスンをやっているシーンも珍しくない。サンフランシスコにできたセールスフォース公園でも、自由に参加できるヨガ・レッスンがある。ローカル気分で参加してみよう。

アウトドアで行うヨガは
自然と一体になった気分

ヨガ

以下のところでは、誰でも参加することができるヨガ・レッスンを開催している。

ビーチヨガ・ソカール
Beach Yoga SoCal

URL www.beachyogasocal.com/

セールスフォース・トランジット・センター
Salesforce Transit Center

URL salesforcetransitcenter.com/ MAP P.100 H-4



サンタモニカのビーチで行われる
ヨガ・レッスン

ELES ゼルス

1ハリウッドの見どころウォーク・オブ・フェイム 2LAで一番古い歴史を持つファーマーズ・マーケット 3LA観光のハイライトのひとつロデオドライブ



G ウェスト・ハリウッド

West Hollywood

有名なライブハウスやおしゃれなクラブ、バーが集まる一大夜遊びスポット

ダウンタウン
Downtown

アナハイム
Anaheim

ロングビーチ
Long Beach

H ハリウッド

Hollywood

LA随一の観光スポット。世界中の観光客が訪れる。映画関連の歴史ある建物や劇場が多い



まずは エリアを把握しよう!

Los Angeles Area



F ウェストウッド

Westwood

閑静な住宅地に囲まれた、広大なUCLAのキャンパスと、学生でにぎわう街

E サンタモニカ

Santa Monica

有名な観光地サンタモニカ・ピアがあり、ショッピングや食事を楽しめるスポットが多い



D ビバリーヒルズ

Beverly Hills

LA屈指の高級住宅地として知られるセレブの街



A パサデナ

Pasadena

歴史ある建造物も多く落ち着いた趣ある街



B ダウンタウン



Downtown
話題のスポットが続々誕生する注目タウン

C メルローズ&ミッド・ウィルシャー

Melrose & Mid Wilshire

ミッド・ウィルシャーにはファーマーズ・マーケット、グローブや、美術館がある。メルローズはトップなショップが集まる街

いろいろな楽しみが見つかるエンタメシティ

ロサンゼルス

セレブ御用達の最旬ショッピングスポット、映画の街ハリウッド、ローカルに混じって遊べるビーチタウンと、個性的な街が点在する。青い空と降り注ぐ明るい陽光のもと、心ゆくまでロサンゼルスを楽しもう。

Los Angeles ロサンゼルス

4 観光に便利なバス、ホップオン・ホップオフ 5 ドジャー・スタジアムはロサンゼルス・ドジャースのホームグラウンド 6 ハリウッド&ハイランドのパビリオン・コート

Let's Enjoy!

テーマパークも外せない

アナハイム

Anaheim

本場のテーマパークは絶対に行きたい。世界で最初のディズニーランドのディズニーランド・パークと、隣接するディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークはマストGO!

MAP P.62 H-5 →詳細はP.24

ディズニーランド・パーク ©Disney

注目!

L.A. TOPICS

2020年未オープン予定 アカデミーミュージアム

Academy Museum

2020年12月「アカデミーミュージアム」がオープンする。映画の技術、衣装デザイン、スターたちの契約書など映画に関するあらゆるものを展示。柿落しの企画展は宮崎駿展が行われる。

MAP P.64 E-4

詳細は www.academy-museum.org/en/

©Renzo Piano Building Workshop/
©A.M.P.A.S./Image from L'Autre Image



©Katie Gibbs

人気のリノベスポット

ロウ DTLA Now DTLA

1900年代初頭の建築の倉庫や工場をリノベーション。レストラン、ショップなどが集まる。毎週日曜日には、屋台フードが多数出店する。周辺には治安の悪い場所もあるので訪れる時には注意を。

MAP P.62 F-3

詳細は www.rowdtla.com/

フォトジェニックな街ロサンゼルス アーツディストリクト

Arts District

ロサンゼルスには、フォトジェニックなスポットが満載。とくにダウンタウンLAの、アーツディストリクトに点在するウォールアートは有名で多くの人がスマホホリ手にやってくる。引いたり寄ったりして自慢の1枚を撮ってみて。

MAP P.66 H-3

→詳細はP.20

ロサンゼルスで体験したいこと BEST 6

体験したいこと

ローカル女子イチオシの カップケーキ

定番のカップケーキ、LAで地元女子イチオシの店はどこ? 食べ比べてみよう。



→詳細はP.47

体験したいこと

セレブ御用達の エリアをお散歩

LAのトレンド発信地のビバリーヒルズとロバートソン。セレブたちのお散歩コースを歩いてみよう。



→詳細はP.34

体験したいこと

ビーチシティで ローカル気分

地元の人たちのお気に入りのビーチでのんびりとロコに混じって過ごすのも楽しい経験。



→詳細はP.23

体験したいこと

最旬おしゃれ ショッピング

セレブが通うセレクトショップやショッピングセンター。LAガールがごひきのアウトレットで買い物3昧。



→詳細はP.48-54

体験したいこと

エンタメの本場 ハリウッドへGO!

テレビで見たアカデミー賞受賞会場や、あのスターの手形は絶対見に行きたい。



→詳細はP.32

体験したいこと

オーガニック スーパーへ

オーガニックスーパーで安全安心、ヘルシーな食品やオーガニックコスメをGET!



→詳細はP.51

4泊6日モデルプラン

Model Plan @ Los Angeles!!

とにかく広いロサンゼルスは、移動の時間をなるべく節約して、エリアごとに観光することがおすすめ。名所、ショッピング、ディナーも楽しめるプランをご案内!

2日目 ビバリーヒルズとロバートソンでショッピング

08:00 ル・バン・コティディアンで朝食 →P.43

朝はヘルシーにオーガニック素材を使って焼く、種類豊富なパンが自慢のカフェで、ボリュームたっぷりの朝ごはん。



09:30 ビバリー・ガーデンズ・パーク →P.22



SNSにアップする写真を撮りに“BEVERLY HILLS”の看板へ。ここには逆三角の“BEVERLY HILLS”の看板もあり、人気の撮影ポイント。

10:30 ロデオ・ドライブを散策 →P.34



一流ブランドが
通りにならぶ

ビバリーヒルズの名物ストリートでウィンドウショッピング。いかにもリッチそうな、街行く人たちのファッションを見るのもおもしろい。

13:00 ロバートソンをそぞろ歩き →P.35

有名セレクトショップやキットソンLAのような、個性的なショップが多いストリート。いろいろなショップに立ち寄って今のトレンドをキャッチ。



15:00 カップケーキ屋でひと休み →P.35・47



程よい甘み
で疲労回復

そろそろ歩き疲れるころ。ジョージタウン・カップケーキ ロサンゼルスでひと休み。糖분을チャージして夕方に備えよう。

16:00 ビバリーセンターでショッピング →P.35

100店舗以上のブランドが入るビバリーセンターは、バスグッズで有名なボディ&ワークスやステーションナリーショップも入っているのでおみやげ探しにも便利。

19:30 おしゃれなペルー料理屋へ →P.46

料理雑誌でも称賛される、有名シェフが腕を振るうロザリンでディナー。日本人の味覚にもびったりなペルー料理に舌鼓。



最新&定番スポットをめぐる

王道プラン

1日目 ロサンゼルスに到着 ハリウッドからスタート

14:00 ハリウッド&ハイランドを散策 →P.32

テーマパークみたいな
ショッピングモール



ロサンゼルスといえばハリウッド。旅の始まりはココから。さっそく世界中からきた観光客と一緒にテンションアップ!



16:00 TCLチャイニーズ・シアター&ウォーク・オブ・フェイムへ →P.32・33

たくさんある手形・足形のなかから、好きなスターの手形・足形を探して。自分の手足と比べたり、写真を撮ったりしてみよう。



この人手足が
案外小さい



18:00 マダム・タッソー・ハリウッドで
憧れのスターと写真を撮る →P.33



本人そっくり。びっくりするくらい、精巧なスターたちのろう人形を多数展示。せっかくだから、横に並んでばっちり記念撮影を。

20:00 夜景を楽しみながらディナー →P.45

ディナーは、バーチで。ダウンタウンの高層ビル群の夜景を眺めながら、シェフの創作料理でおなかいっぱい。



4日目 旬のエリア ダウンタウンLAへ

09:00 **グランド・セントラル・マーケットで朝食** →P.50
サンドイッチやエスニック系のショップも入っているので、好きな食べ物を買って腹ごしらえ。

10:00 **エキゾチックなオルペラ・ストリート** →P.21
メキシコヘショートトリップした気分を味わえるオルペラ・ストリート。ショップのメキシコ風の雑貨もカワイイ。

12:00 **アーツディストリクトを散策** →P.20
 ウォール・アートの写真を取りにアーツディストリクトへ。周囲にはカジュアルなレストラン、カフェもあるのでランチも。

14:00 **話題のロウ DTLA** →P.17
 人気のロウ DTLAへ。古い建物の外観がおしゃれ。ショップやレストランなど話題のお店が集結しているので時間は余裕をもって。
©Katie Gibbs

18:00 **スターシェフのメキシコ料理店でディナー** →P.46
ボーダー・グリル・ダウンタウンLAはスターシェフのモダンなメキシコ料理が楽しめる店。セビチェはぜひ食べてみて。

P.20・21のテッパン遊びガイドも参考に

5日目 時間に余裕を持って ロサンゼルス空港へ

07:00 **ホテルをチェックアウト**

1day こちらもおすすめ アレンジプラン

ディズニーランド・リゾートへ!

8:00 **ディズニーランド・パーク&ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パーク** →P.25


最初にできたディズニーランド。ディズニーランド・リゾートの2つのテーマパークでいっぱい遊びたい。




ディズニーランド・パーク ©Disney

22:00

3日目 サンタモニカ周辺の ビーチシティを巡る1日


08:00 **アース・カフェで朝食** →P.37
 ロサンゼルスオーガニックカフェの草分け、アース・カフェで地元の人たちに混じってゆっくりと朝ごはん。

09:00 **朝のベニス・ビーチへ** →P.23
 昼間は観光客でにぎわうベニス・ビーチも、朝はスポーツをする人たちがほとんど。静かなベニス・ビーチ散策は、なかなかできないかも。

10:30 **注目の街アボット・キーニー** →P.37
 コンパクトな街なので徒歩で回れる
サンタモニカの周辺エリアで注目を集め続ける街。個性的なブティックやショップ、カフェにワクワク。ゆっくり時間をかけて歩きたい。

12:30 **ロコに人気のメイン・ストリート** →P.37
メイン・ストリートも観光客は少なめ。街並みも落ち着いた感じなので、散歩気分で行き。

14:30 **活気あるサンタモニカ・ピア** →P.36
 屈指の観光スポットのピア。先端にある遊園地で遊んだり、ピアにたくさんあるおみやげ屋を、のぞいたりしてみよう。
SANTA MONICA 66 End of the Trail
ここはルート66の終点だよ
ピアの先端にある観覧車が目印

16:30 **サード・ストリート・ブロンナードを散歩** →P.36
 サンタモニカ観光で外せないのが、サード・ストリート・ブロンナード。とくに週末はお祭りのよう。

18:30 **話題のシーフードレストランでディナー** →P.44
 数あるシーフードレストランのなかでも、話題のヘリングボーン・サンタモニカ。新鮮なシーフードの料理の数々をお試しあれ。
本当にいい食材をそろえているよ
©Marie Buck Photography

ロサンゼルス
Los Angeles

ビギナーさんなら
まずは**ココ**を押さえよう

デッパン遊びガイド

3

ロサンゼルス観光はこれが王道!絶対に行ってみたい旬のスポット・ダウンタウンLAから、あこがれのセレブ・タウン、太陽サンサンビーチシティまでをまとめて紹介。

ダウンタウンLA&ハリウッドを メトロで制覇

デッパン遊び
1

観光スポットへは
レッド・ライン(Ｂライン)が便利

メトロを使いこなして
話題の観光スポットへ行ってみよう!

START

SPOT
アーツディストリクト&リトルトーキョー
Arts District & Little Tokyo

Little Tokyo/ Arts District下車

アーツディストリクトは、クオリティの高いウォールアートが多数ある撮影スポットで人気。写真を撮った後は、リトルトーキョーへ。

MAP P.66 H-2/H-3

アーティストの
力作が点在する

作品は抽象画から写実的なものまで。こちらをにらむ目がなんともありリアル



リトルトーキョーは異国情緒と日本が混じった不思議な風景が広がる

以前は治安の関係から敬遠されていた。ロサンゼルスダウンタウンも、再開発が進みおしゃれなスポットも増えてきた。便利なメトロを使ってこの界隈を探索してみよう

巨大な壁をキャンバスにダイナミックなウォールアートが

注目タウンの観光には
便利な地下鉄で
ダウンタウンは過去と現在が共存する街。近代的な高層ビルが建ち並ぶ一方で、ロサンゼルス発祥の地、オルベラ・ストリートなどの歴史的なスポットも点在する。また、日本人にとっては、どこか懐かしい香りのする、リトルトーキョーがあるのもダウンタウンだ。ダウンタウンの観光は、便利なメトロ路線はP.66で効率的に回ってみよう。レッド・ライン(Bライン)を使えば、ダウンタウンからハリウッドまでもラクラク足を延ばせる。

2 絶対外せない ビバリーヒルズ& ウエスト・ハリウッド

背の高いパームツリーの街路樹が立ち並ぶ、高級住宅地ビバリーヒルズはロサンゼルスの中でも、ひととき雰囲気の違いを味わえる。

アメリカ人の夢を
体現している街

ロサンゼルス西側に位置するビバリーヒルズは、独自の行政機構と警察を持ち、治安のいい街としても知られる。パームツリーの街路樹の奥には、高級住宅地が広がり、豪華な邸宅を見学するツアーも組まれている。また、一流店が軒を連ねるロデオ・ドライブもこの街だ。東に隣接するウエスト・ハリウッドは、ヴァイパールム、ウイス・キー・ア・ゴゴといったクラブやライフハウスなどがあり、ロサンゼルスの大夜遊びスポットとして有名。

十分遊んだから
帰りますよ

アメリカのお金持ちのすごさを実感

SPOT 建物の美しさとスケールに感嘆

ハリウッドセレブの邸宅ツアー Hollywood Celebrity Homes Tour

家が記された地図も売っているくらい、スターが住居を構えていることで有名。見学ツアーに参加して彼らの豪邸を見てみよう。

→詳細はP.34

SPOT LA唯一の高級ショッピングゾーン

2 ロデオ・ドライブ Rodeo Drive

街が運行する
トロリーもあるよ

一流店が立ち並び数多くの映画にも登場するロデオ・ドライブ。訪れたときに既視感を覚える人も多いかも。散策してリッチな街の雰囲気を楽しんで。

MAP P.65 B-1

→詳細はP.34

各ブランドの建物やウィンドウ・ディスプレイを見るのも楽しい



SPOT スターの隠れ家ホテル

3 ザ・ビバリーヒルズ・ホテル The Beverly Hills Hotel

住宅地のなかにある1912年に開業した老舗ホテル。イーグルスのホテル・カリフォルニアのレコードジャケットになったことでも有名。オレンジ色の夕日に映し出される姿は美しく、写真映えること間違いなし。

〒9641 Sunset Blvd ☎310-276-2251 昼トウ・ロデオから車で8分 MAP P.65 B-3



ホテルの外観の壁がピンクであることから愛称はピンクパレス

SPOT 夜遊びスポットはココでしょう

5 ウェスト・ハリウッド West Hollywood

旬のショップやカフェなどもあり昼間も十分楽しめるが賑わうのは夜。ロサンゼルスで代表するクラブ、ライブハウスやバーが多く、夜遊び好きの人やセレブたちが集まって来る。

MAP P.64 E-2

セレブたちが出没することでも知られるクラブが多い

ここはLGBTにも優しい街なの

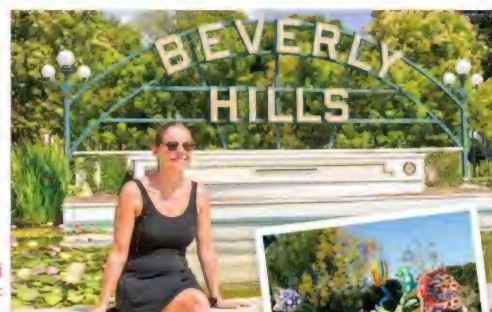
SPOT 撮影ポイントはココ!

4 ビバリー・ガーデンズ・パーク Beverly Gardens Park

ビバリーヒルズにある広大な公園。"Beverly Hills"のサインはロデオ・ドライブまたはビバリー・ドライブと交差するサンタモニカ・ブールバード渡った公園正面に位置する。

MAP P.65 C-4

サインボードは通りに面した公園の真ん中あたりにある



テッパン遊び
3

カリフォルニアを感じる ビーチベスト4

Beaches

長いコーストラインを持つロサンゼルスエリアは、多くの美しいビーチに恵まれている。そのなかでもおすすめの4つのビーチを紹介。

旅行中の1日は
ビーチでまったり

青い空、延々と伸びる海岸線。ロサンゼルスの人々にとって、ビーチは気楽な娯楽の場。平日は静かだった浜辺も、休日には多くの人が遊びにくる。それぞれのビーチには個性があり、人々の楽しみ方も異なるのも面白いところ。各ビーチをはしこしてみてもよし、ひとつのビーチでゆつくりと過ごすのもよし、1日ぐらいいは街なかではない、ロサンゼルスを見てみるのもおすすめだ。

ウィークエンドには遊びに来るよ



ビーチ沿いにはおしゃれなカフェやレストランもたくさんある

1 セレブ指数No.1 マリブ・ビーチ Malibu Beach

地元の人たちの気
軽な遊び場で家族
連れが多い

サンタモニカから車でやや北上すること20分ほど、海岸沿いには豪華な邸宅が建ち並ぶ。地元の人たちに混じってのんびり日光浴するのは最高のビーチ。

MAP P.62 F-4



2 知名度No.1 サンタモニカ・ビーチ Santa Monica Beach

サンタモニカ・ピアを中心に、南北に広がるロサンゼルス周辺のビーチでは一番有名。レンタサイクルの店もあるので、自転車でビーチ沿いを走るのも楽しい。

MAP P.67 A-1



バイクパスを走れば自
転車でマリナ・デル・レ
イまで行ける

雑叫マシンはないけれ
ど大人も子どもも楽し
めるピアの遊園地

3 アクティブビーチNo.1 ベニス・ビーチ Venice Beach

別名マッスルビーチ。名物は屋外に設置された、トレーニングマシンで鍛えている筋肉ムキムキの人たち。大きなスケボーパークもあるスポーティなビーチ。

MAP P.67 A-2

毎日にぎやかな
ボードウォークには
おみやげ物屋
が並ぶ



4 ローカル率No.1 マンハッタン・ビーチ Manhattan Beach



マンハッタン・ビーチ・ブルバード沿いにはショップが集まる



浜辺の風が
気持ちいい

ビーチ沿いには芸能人やスポーツ選手の邸宅も並ぶ。おしゃれなカフェやレストラン、ショップがあり、訪れるのはほとんどが地元の人たち。観光地化されていない落ち着いた雰囲気のあるビーチシティ。

MAP P.62 G-5

マンハッタン・ビーチはサーフィンでも有名。サーフィンの大会も開催される



有名なキャラにも会えちゃう!

テーマパークに 行こう!!

ぜひとも行ってみたいのが本家のテーマパーク。さまざまなアトラクションや、洗練されたダイナミックなショーは本場ならではの、存分に遊び尽くそう。

まずは 南カリフォルニアの テーマパークの 場所を把握!!



©Disney

世界で一番
有名な夢の国へ

ディズニーランド・リゾート

Disneyland Resort

言わずと知れた世界的に有名なテーマパーク。リゾート内には2つのパークと、ショッピング・モール、直営ホテルがある。定番の観光スポットであり、いつも世界中から来る観光客であふれている。

主要エリアから車でのアクセス

ロサンゼルス空港から約40分、ダウンタウンから約35分、ビバリーヒルズから約50分、サンタモニカから約50分

本物の映画の世界にどっぷり

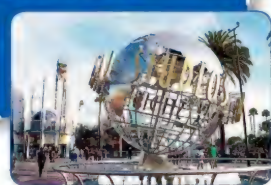
ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド

Universal Studios Hollywood™

ユニバーサル映画の撮影用のスタジオやオープンセットがある。広大な敷地の一部がテーマパークになっている。目玉は実際のオープンセットを回るツアー。「ここならではの」体験ができる。

主要エリアから車でのアクセス

ロサンゼルス空港から約35分、ダウンタウンから約15分、ビバリーヒルズから約20分、サンタモニカから約30分



スヌーピーたちに会える!

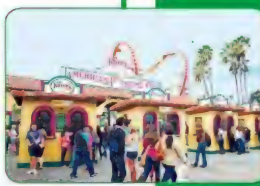
ナッツベリー・ファーム

Knott's Berry Farm

ほのぼのとしたスヌーピーに会える、キャンプ・スヌーピーや、西部開拓時代を再現した「ゴーストタウン」がある一方、絶叫マシンも充実。懐かしさと新しさが混在する多彩なパーク。

主要エリアから車でのアクセス

ロサンゼルス空港から約35分、ダウンタウンから約30分、ビバリーヒルズから約50分、サンタモニカから約45分



©2020 Universal Studios. All Right Reserved.

©2020 Cedar Fair Entertainment Company ©2020 Peanuts Worldwide LLC.

2つのテーマパークでがっつき遊ぶ ディズニーランド・リゾート



Disneyland Resort

ディズニーランド・リゾートは、ディズニーランド・パーク、ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークと、3つの直営ホテル、ショッピングモールのダウンタウン・ディズニーからなる一大リゾート。1日で遊び尽くすことはできないので、隣接する直営ホテルに宿泊し、2〜3日かけてじっくりと遊ぶのがおすすめだ。

ウォルト・ディズニーとミッキーの銅像が迎えてくれる



Information

アクセス
LAダウンタウンから5号を南下し、Ball Rd 方面Disneyland Drで降りてすぐ。所要約35分。または5号を南下、710号に乗り換え南下、91号を西に向かい15号に戻りBall Rd 方面Disneyland Drで降りる。所要時間40分
〒1313 Harbor Blvd, Anaheim
☎714-781-4565
🕒8:00〜24:00 (曜日、季節により変動するので事前にチェックを)
📄無休 URL www.disneyland.jp
MAP P.62 H-5

	1/パーク	パークホッパー
1日券	\$104~	\$159~
2日券	\$235	\$290
3日券/MM付	\$310	\$365
4日券/MM付	\$340	\$395
5日券/MM付	\$360	\$415

*1日券は入園日により価格が変動。3日券以上にはマジック・モーニング(MM)が付き、火・木・土曜日のうち1日だけ営業時間1時間前にディズニーランド・パークに入園できる。チケットはオンラインの公式ページから購入できる。

楽しさ200%UP 知っとく情報

キャラクター・ダイニングは出発前に予約を

3つの直営ホテルとディズニーランド・パークには、ディズニーのキャラクターが登場し、各テーブルを回ってグリーティングしてくれるキャラクター・ダイニングがある。いずれも人気が高いレストランなので早めに予約をしておこう。60日前から公式ウェブ上で、または電話での予約が可能だ。☎714-781-3463

PhotoPassでオリジナルグッズを

Disney PhotoPass®にパーク内で専属カメラマンが撮ったベストショットを保存。写真はオンライン購入ができ、その写真でオリジナルグッズも作れる。URL www.DisneyPhotoPass.comで事前登録が必要。カードは当日カメラマンにもらって。

直営ホテル宿泊メリットベスト3

宿泊客が対象のエクストラマジックアワーの特典で、一般客よりパークへ1時間早く入れる(曜日指定あり)。ミッキーからモーニングコールがもらえるなど宿泊するとメリット多数。

コインロッカーを利用しよう

おみやげやグッズを買って荷物が増えたら、園内にあるコインロッカーに預けよう。ロッカーの場所はディズニーランド・パークはエントランスに入って右手、Main St Cinema近く。アベンチャー・パークはエントランスに入って右手すぐ、Mortimer's Market近く。

キャラクターのサインを集めよう

ミッキーやミニーなど、ディズニーランド・パークとディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークにいるキャラクターのサインをもらおう。声をかければ気軽にサインしてくれる。各キャラクターの登場時間や場所は、ゲストリレーションズのスケジュール表で調べられる。

MaxPassでファストパスをゲット

マックスパスを使えば入園後に、アプリに接続してスマホで、アトラクションやショーのファストパスが発券所に行かなくても取得できる。また、PhotoPassのダウンロードも無制限。料金は\$20で、公式アプリのダウンロードが必要。

リゾート内移動はモノレールとトラムで

駐車場からメインゲートへはトラムで。ダウンタウン・ディズニーとディズニーランド・パーク間はモノレールで移動、入場券があればそのまま入園可。



ファストパスを駆使しよう

対象の各アトラクションの前の発券機に入場券を入れて発行。指定された時間にアトラクションの専用入り口から優先的に入場でき、パークを効率良く回れる。

Disneyland Park ディズニーランド・パーク

「眠れる森の美女の城」の前でミッキーとミニーがお出迎え



C ミッキーのトゥーンタウン ミッキーの家とミート& グリート:ミッキー

Mickey's House and Meet Mickey

ミッキーのいるハッピータウン

ディズニーのおなじみのキャラクターたちが住む街。奥のスタジオでは映画撮影中のミッキーにも会える。

ハイレベルな本場のエンタメは必見!

世界で最初のディズニーランド。創設者のウォルト・ディズニーが自ら構想を描き指揮を取って完成したパーク。ここでしか味わえない雰囲気やオリジナルアトラクションも。

Mustライドのアトラクション

ニューオーリンズ・スクエア

B カリブの海賊 Pirates of the Caribbean

ジャック・スパロウも登場

ジャック・スパロウやバルボッサも登場。本物そっくりの海賊たちの動きや表情に、音響効果や演出が加わり感動的なアドベンチャーに。



ファンタジーランド

A マッターホーン・ボブスレー

Matterhorn Bobsleds

どきどきのスリルの連続

ボブスレーに乗って、スイスのマッターホルンの雪山を高速滑走。途中、雪男と遭遇したり谷底に転落したり、スリル満点の人気のライド。



エンタメはこれが必見!

New!

G スター・ウォーズ:ギャラクシーズ・エッジ

Star Wars: Galaxy's Edge

スター・ウォーズの世界を再現した新テーマランド「スター・ウォーズ:ギャラクシーズ・エッジ」。惑星バトゥーの入植地を完璧に再現するなど、スター・ウォーズファンならぜひとも体験したいアトラクションばかり。



©Disney/Lucasfilm Ltd. ©&™Lucasfilm, Ltd.

パレード

New! マジック・ハプンズ

Magic Happens

デイトムに行われる新パレード

ディズニーキャラクターや、ディズニー映画のキャラクターが華やかな9台のフロートに乗って繰り広げる新パレード。先導するのはもちろんミッキー。15:30と18:00の2回。



ファンタジーランド

D ミッキー・アンド・ザ・マジカル・マップ

Mickey and the Magical Map

迫力のライブショー

見習い魔法使いミッキーが、冒険の世界に飛び出し、大勢のディズニーキャラクターと出会う。上映時間は約23分。本格的ショーが楽しめる。



青い線はマジック・ハプンズのパレードコース

★ キャラクター・グリーティング SPOT (ここでキャラクターに会えるよ!)

©Disney © &™Lucasfilm, Ltd.

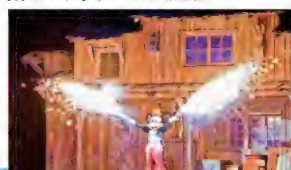
E ファンタズミック

Fantasmic

Fast Pass

ファンタスティックな体験を

花火や炎、噴水や音楽などを駆使した派手で豪華な演出は感動もの。主役のミッキーやディズニーの人気キャラクターが大活躍。



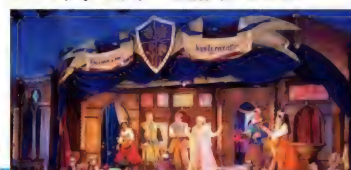
ファンタジーランド

F ファンタジー・フェア

Fantasy Faire

歴代プリンセスに会える

女の子があこがれるシンデレラ、ラプンツェル、オーロラ姫に会える。また、ディズニーのプリンセスたちのドレスやアクセサリーも購入ができる。



©Disney

Disney California Adventure Park

ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パーク

観覧車からはディズニー・カリフォルニア・アドベンチャーパークの絶景が見られる ©Disney/Pixar



Mustライドのアトラクション

カーズランド

- A** ラジエーター・スプリングス・レーサー
Radiator Springs Racers

ココ
だけ

Fast Pass

スリル感抜群のレース体験

カーズランドの敷地半分を占める。リゾート最大のアトラクション、時速約65kmで疾走。映画の世界にいるような迫力あるレース展開が楽しめる。



©Disney/Pixar

グリスリー・ピーク

- B** グリスリー・リバー・ラン
Grizzly River Run

ココ
だけ

Fast Pass

びしょ濡れ覚悟で

8人乗りのラフトに乗って、グリスリー・ピークから激流を下るアトラクション。かなりびしょ濡れになるので覚悟を。荷物はロッカーへ。



ピクサー・ピア

- C** インクレディコースター
Incredicoaster

ココ
だけ

Fast Pass

スリリングな絶叫マシン

ディズニー映画の『Mr.インクレディブル』のファミリーが登場。激しく上下したり回転したりとスリル満点のコースター。トンネルのなかにファミリーがいるなどさまざまな仕掛けが満載。



©Disney/Pixar

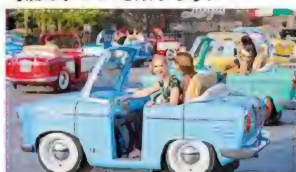
カーズランド

- D** ルイジのローリックン・ロードスター
Luigi's Rollickin' Roadsters

ココ
だけ

ルイジといとこが勢ぞろい

ミニチュア版のイタリアンロードスターに乗って、ルイジたちと予測不可能なダンスを楽しもう。



©Disney/Pixar



©Disney/Pixar

ピクサー映画の世界観が楽しめるピクサー・ピア。インクレディコースターとピクサー・パル・ア・ラウンドがおすすめ。

エンタメはこれが必見!

ハリウッドランド

- E** アナと雪の女王:ライブ・アット・ザ・ハイペリオン
Frozen - Live at the Hyperion

ココ
だけ

映画の名シーンが目の前に

大人気映画『アナと雪の女王』がテーマのショー。美しいコスチュームと最新のエフェクトを駆使した、映画のシーンが楽しめる。劇場ならではの迫力を体験!



パラダイス・ガーデンズ・パーク

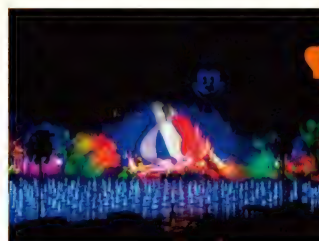
- F** ワールド・オブ・カラー
World of Color

ココ
だけ

Fast Pass

息をのむ美しさの感激

世界最大のウォータースクリーンに映し出される、ディズニーアニメーションのキャラクターたちは圧巻。上映時間は約25分。



★ キャラクター・グリーティング SPOT (ここでキャラクターに会えるよ!)

食べる! 買う! 見て楽しむ!

ダウントウン・ディズニー

Downtown Disney

ショップやレストラン、バー、ライブハウス、映画館が集まる屋外型モール。夜遅くまで開いているので、パークを楽しむあとにショッピングをしたり、食事をしたりして楽しめる。

注目レストラン&ショップ

本格的南イタリア料理を提供

ナポリ・リステランテ&バー

Naples Ristorante e Bar

南イタリア料理の店。小麦はイタリアから輸入、モツァレラは自家製。薄いクラストのナポリ風ピザが自慢。



☎714-776-6200 ☎11:00~16:00、17:00~22:30(金・土曜~23:00) ☎無休 ☎\$15~ ☎\$V、M、A

雰囲気はフレンチクォーター

ラルフ・ブレナンズ・ジャズ・キッチン

Ralph Brennan's Jazz Kitchen®

本格的なニューオーリンズ料理とジャズの生演奏が楽しめるレストラン。バラエティに富むメニューが自慢。



☎714-776-5200 ☎11:00~22:00(金・土曜~23:00、日曜11:00~15:00、16:00~) ☎無休 ☎\$15~ ☎\$V、M、A

ディズニーならではのお楽しみ おすすめダイニング

ディズニーランド・パーク

メインストリートUSA

プラザ・イン

Plaza Inn

ミニーと朝ごはん

朝はキャラクターたちと、ビュッフェスタイルのブレイクファストが楽しめるダイニング。ミッキー型のワッフルが人気。



ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パーク

ピクサー・ピア

ランプライト・ラウンジ

Lamplight Lounge

ピクサーの世界を満喫
ピクサーの映画やキャラクターをモチーフにしたインテリアも楽しい。カリフォルニア料理の人気レストラン。



ワールド・オブ・ディズニー World of Disney®

広大な店内に
グッズがあふれる
アパレルからアクセ、キッチン用品、ぬいぐるみ、お菓子とディズニーグッズは何でも揃う。時間に余裕をもってゆっくり見たい。

☎8:00~23:00(金~日曜~翌1:00) ☎無休 ☎\$V、M、A、J

直営ホテルでディズニー三昧 思う存分ディズニーランドを味わうなら直営ホテルへ。

ディズニー・パラダイス・ピア・ホテル

Disney's Paradise Pier Hotel MAP P.62 H-5



「明るく陽気」がテーマ

カリフォルニア・アドベンチャー・パークを一望。開放的で明るい客室はインテリアにもディズニーらしさが漂い、気分が盛り上がる。

キャラクター・ダイニング

ディズニーPCHグリル(ドナルドと仲間たち)

☎1717 S. Disneyland Dr ☎ディズニーランド・パーク、ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークへ徒歩10~15分 ☎714-999-0990 ☎489室 ☎\$V、M、A、J ☎www.disneyland.jp

ディズニーランド・ホテル

Disneyland Hotel MAP P.62 H-5



レトロな雰囲気がステキ

1950年代の開園当時のレトロな雰囲気、クラシック・ディズニーの芸術に会える。客室内にあるミッキー形の設備やインテリアも楽しい。

キャラクター・ダイニング

グーフィーズ・キッチン(グーフィーと仲間たち)

☎1150 W. Magic Way ☎ディズニーランド・パーク、ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークへ徒歩10~15分 ☎714-778-6600 ☎3973室 ☎\$V、M、A、J ☎www.disneyland.jp

ディズニー・グランド・カリフォルニア・ホテル&スパ

Disney's Grand Californian Hotel & Spa MAP P.62 H-5



ビクトリア調の優雅なホテル

カリフォルニアの雄大な自然美と、20世紀初頭のクラフツマンスタイルが調和した美しいホテル。評判のマンダラスパでリラックスを。

キャラクター・ダイニング

ストーリーテラー・カフェ(ミッキーと仲間たち)

☎1600 S. Disneyland Dr ☎ディズニーランド・パークへ徒歩5分~10分、ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パークへ徒歩5分 ☎714-635-2300 ☎948室 ☎\$V、M、A、J ☎www.disneyland.jp

Knott's Berry Farm

スヌーピーファンの聖地

子ども用アトラクションも多数ある

ナッツベリー・ファーム

1920年代、ナット夫妻が自分の農園にジャムを買いに来る人を楽しめるために、娯楽施設を作った事が始まり。1983年にスヌーピーほかピーナッツの仲間たちが加わった。スヌーピーと仲間たちが出迎えてくれるキャンプ・スヌーピーは大人気。また絶叫マシンも多く、多彩な魅力を持ったテーマパークだ。

Information

アクセス

ダウタウンからメトロバス460番で約1時間半。またはメトロリンク・オレンジ・カウンティラインでエナバーク駅下車、車で10分。

LAダウタウンからSanta Ana Fwy5号を南下、Beach Blvd出口で降り南に約3km。所要時間約30分。

*並ばずにアトラクションに乗れるファストレーンバス\$80もある(入園料別途)

チケット

1日バス \$84~

M-F P.62 H-5

8039 Beach Blvd Buena Park 714-220-5200 10:00~20:00 (季節により変更あり、ウェブで要確認) 休館日 V、M、A URL www.knotts.com

開園直後は入り口でスヌーピーと写真が撮れる

ランチ&ショッピングならカリフォルニア・マーケットプレイス

California Marketplace

ナッツベリー・ファームに隣接する施設。レストランやおみやげ屋が軒を連ねる。



ランチボックスのフライドチキン

G ミセス・ナッツ・チキンディナー・レストラン Mrs. Knott's Chicken Dinner Restaurant



名物のフライドチキン!

フライドチキンは、パークの開業当時からレストランの人気メニュー。テイクアウトもできるので、ぜひ試してみてください。

714-220-5055 11:00~21:00 (土曜8:00~22:00、日曜8:00~) 無休 V、M、A

H ピーナッツ・ヘッドクォーターズ Snoopy Headquarters



スヌーピーグッズはここで! スヌーピーとピーナッツの仲間たちのキャラグッズが豊富にそろそろ。ここならではの商品もあり、ファンなら欲しい物ばかり。

714-220-5185 10:00~20:00 (季節、曜日により異なる) 無休 V、M、A

直営ホテルも!

I ナッツベリー・ファーム・ホテル Knott's Berry Farm Hotel



部屋にもスヌーピーがいる! 遊園地の隣に位置しスヌーピーをテーマにした棟もある。チケットと組み合わせたお得なパッケージプランはおすすめ。

7675 Crescent Ave ナッツベリー・ファームから徒歩10分 714-995-1111 320室 \$140~ V、M、A、J URL www.knotts.com/stay

スヌーピーはここで会える

B ピーナッツ・キャラクター・ミート&グREET Peanuts Characters Meet & Greet キャンプ・スヌーピー



スヌーピーとハグしよう

スヌーピーやピーナッツの仲間たちと、ハグしたり一緒に写真を撮ったりするエリア。子どもだけでなく元子どもの大人たちにも人気。

絶叫マシンも超スゴイ!

D ゴーストライダー GhostRider® ゴーストタウン

ギシギシとレール音が轟く



木造の巨大ジェットコースターとしては、世界トップクラスの規模を誇る。全長1.4km、最高地点は35m。レール音が轟き怖さもピークに。

C ラ・レボリューション La Revolution フォーエバーレディ

空中19.5mで回転し続ける

毎分9回転のスピードで回転し続けながら、空中で左右に120度揺れる迫力のあるブランコ。逆さ吊りで揺られ回転し続ける絶叫マシン。



F ソル・スピン Sol Spin フォーエバーレディ

予想できないスリルライド

ソル・スピン、高さはなんとビル6階相当。6つのアームが回転すると同時に、主軸も回転や上下に動くという。いままで体験したことのないスリルが味わえる。



E シルバーブレット Silver Bullet ゴーストタウン

繰り返される宙返りで絶叫

レールからつり下げられた、床のないサスペンデッドタイプのジェットコースター。足が付かないままの状態で6回の複雑な宙返りを。



ハリウッドムービーの世界を体感

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド

エントランス前にある地球儀型の噴水が、みんなを出迎えてくれる

UNIVERSAL
STUDIOS
ハリウッド

Universal Studios
Hollywood™

もともとユニバーサル・スタジオの原点は、スタジオでの映画の撮影現場を公開したことにある。現在もユニバーサル・スタジオ・ハリウッドに隣接する広大な敷地には、映画やテレビの撮影用のスタジオやオープンセットがある。まさに映画の世界にどっぷり浸れることができるテーマパークだ。

↑ アッパー・ロットとロウアー・ロットを結ぶエスカレーター

Information

- アクセス**
- LAダウンタウンからメトロ・レッドライン(Bライン)を利用してUniversal City駅で下車。駅からシャトルバスで5分。
 - ハリウッドのドルビー・シアター前からハリウッド・ユニバーサル・シャトルで30分
 - LAダウンタウンから101号を北上し、Universal Studios Blvdを降りてすぐ。所要約15分

MAP P.63 D-1

〒100 Universal City Plaza, Universal City 電話 818-622-3801 営業時間 10:00~18:00 (曜日、シーズンにより異なるので要確認) 休園日 無休 URL www.universalstudioshollywood.com

チケット

1日パス \$109~
ユニバーサル・エクスプレス \$169~

ユニバーサル・エクスプレスはすべてのアトラクションに各1回ずつ優先的に入場できる。

Mustライドのアトラクション

ロウアー・ロット

F トランスフォーマー・ザ・ライド3D

Transformers™: The Ride 3D

人気No.1のアトラクション

人気のトランスフォーマーのアトラクション。オートボットとメガトロンの銀河系での戦いに参加できる。最新の体感効果と特殊効果を駆使している。



アッパー・ロット

E カンフーパンダ

DreamWorks Theatre Featuring Kung Fu Panda

マルチ感覚アトラクション

最新の視覚効果と室内プロジェクションマッピングが五感を刺激するドリームワークス劇場のカンフーパンダ。アクションシーンに参加しているような錯覚に。



ロウアー・ロット

A ジュラシック・ワールド・ザ・ライド

Jurassic World-The Ride

恐竜のリアルな動きに驚愕

ボートに乗り、リアルで巨大な恐竜たちが住む、ジュラ紀のジャングルを探検。



アッパー・ロット

B ウィザーディング・ワールド・オブ・ハリー・ポッター™

The Wizarding World of Harry Potter™

ハリー・ポッターの世界が楽しめる

ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド初の屋外型コースター「フライト・オブ・ザ・ヒコップグリアフ™」が登場。また「三本の箒™」や「ホグズ・ヘッド・パブ」でバタービール™なども楽しめる。

アッパー・ロット

C ディスピカブル・ミー・ミニオン・メイハム

Despicable Me Minion Mayhem

ミニオンたちと冒険しよう

3Dアニメ「怪盗グルーの月泥棒」をテーマにした大人気アトラクション。グルー、グルーの娘、ミニオンが活躍する。



アッパー・ロット

D ウォーキング・デッド・アトラクション

The Walking Dead Attraction

この恐怖に耐えられる?

人気テレビシリーズ・ウォーキング・デッドのスリリングな世界観をリアルに再現。



©2020 Universal Studios. All Rights Reserved

シン・アノニ家と記念撮影しよう!



©David Sprague

本物が見られる

専用のトラムでスタジオを回るよ

ここにしかないスタジオツアーはMUST!



トラムに乗ってユニバーサル・スタジオの映画の撮影所を見学するツアー。映画やテレビドラマなどで、実際に使われているオープンセットや、スタジオをガイドのユーモラスな解説とともに見て回る。もちろん仕掛けも満載。圧巻はキングコング360 3DのTレックスとキングコングの戦い。人気のあるアトラクションなので午前中がおすすめ。

迫力ある映画のワンシーンが体験できる(イメージ)

VIPエクスペリエンスもおすすめ

一般公開していない場所の見学、ショーの席の確保や優先的にアトラクションにも乗れる。朝食、豪華なランチ付き。1人\$349~申し込みはウェブまたは専用電話へ。☎818-622-8477

こんな映画の実物の現場が見られる!!

- 宇宙戦争
- ジョーズ
- サイコ
- キングコング 360 3-D



あの「ジョーズ」の恐怖を再び!

必見のショーはこちら

アッパー・ロット

ウォーターワールド

WaterWorld®



同名映画のショーをライブで

USHでも人気のショー。大量の火薬を使った大迫力の爆発シーンや、迫力あるスタント、アクションシーンは必見。所要時間20分。

アッパー・ロット

ユニバーサル・アニマル・アクターズ

Universal's Animal Actors

動物たちが演じるライブショー

芸達者な動物たちが繰り広げるアニマルショー。年齢に関係なく、子どもから大人まで楽しめるファミリー向けエンターテインメント。



アッパー・ロット

スペシャル・エフェクト・ショー

Special Effects Show



映画のメイキングをのぞき見!

ハリウッド映画の、最新の特殊効果のバックステージをのぞくことができる。実際に目の前で繰り広げられるショーに驚き!



園内ではさまざまなイベントが用意されている

Universal CityWalk 総合エンタメモール

ユニバーサル・シティウォーク

国際的に富んだレストラン、ユニバーサル・スタジオのキャラクターグッズの店やアパレルショップ、映画館など60店舗以上が軒を連ねる。夜のイルミネーションも必見。

シティウォーク おすすめレストラン

夜遅くまで開いていて、ハンバーガーからエスニック料理まで何でも揃っている。



映画のオマージュもババガンブシュリンプ
Bubba Gump Shrimp
映画「フォレスト・ガンプ」をテーマにしたシーフードレストラン。店内の雰囲気もよく、とりわけエビ料理がおいしいと評判だ。

☎818-753-4867 11:00~22:00 (金・土曜~23:00)
☎無休 国\$15~ 国\$3V、M
URL www.bubbagump.com/locations/hollywood/



ブラジル料理ならココ
サンバ・ブラジリアン・ステーキハウス
Samba Brazilian Steakhouse
伝統的なブラジル料理のお店。チキンやビーフ、ポークなどグリルしたさまざまな肉と、サラダバーで種類豊富な野菜が食べ放題。

☎818-763-0101 11:00~21:00 (金・土曜~23:00、日曜~22:00) ☎無休 国\$30~ 国\$3V、M、A
URL www.sambahollywood.com

©2020 Universal Studios. All Right Reserved

おみやげはここをチェック

大人気の怪盗グルーのミニオンのキャラクターグッズやスタジオグッズを手に入れよう。

ミニオンのぬいぐるみ。ミニオングッズはどれも人気



ユニバーサル・スタジオ・ストア

Universal Studio Store
ユニバーサル・スタジオのロゴ入りTシャツや、キャラクターグッズ、雑貨、菓子類など幅広いセレクトショップが揃っている。

☎818-622-8000 11:00~17:30 (曜日、季節により異なる) ☎無休



ポップでカラフル IT'SUGAR

ポップなTシャツや、カラフルなキャンディ、アクセサリーなどがいっぱい。おもちゃ箱のような女子好みの楽しいショップ。

☎818-506-5184 11:00~17:30 (曜日、季節により異なる) ☎無休

ミニオンの帽子を被って、ハイ、チーズ!



世界中の観光客が大集合!

ハリウッド

Hollywood

ハリウッド観光の拠点

ハリウッド&ハイランド

Hollywood&Highland

敷地内にモール、ホテル、TCLチャイニーズ・シアターやドルビー・シアターが入る巨大複合施設。

MAP P.66 E-4/P.33

6801 Hollywood Blvd ④メトロ・レッドライン(ブルー) Hollywood / Highland駅から徒歩 ③323-467-6412 ⑤無休 ⑥URL www.hollywoodandhighland.com/

ドルビー・シアター

バビロンゲート

便利な観光バス「ホップオン・ホップオフ」はドルビー・シアター前からスタート!
→詳細はP.38

ウォークオブフェイム

TCLチャイニーズシアター

バビロンゲート

The Babylon Gate

ハリウッドサインを見るならここ!

④ハリウッド&ハイランド内で目立つバビロンゲート



バビロンゲートの3階は、ハリウッドサインのビューポイント。若干小さくではあるが、多くの観光客が撮影にきている。大きく撮りたい人は、望遠機能がついているカメラを持っていった。

④遠る建物もなく、晴れた日にはハリウッドサインがよく見える。望遠鏡もあるのでズームインして見たい人は使ってみて

Los Angeles

注目タウンにGO!

ビギナーもリピーターもまずは「ここへ」

王道観光スポット
ハリウッドを歩く

ハリウッド観光は、ハリウッド&ハイランドを拠点にして、スタートするのが正解。まずは観光名所TCLチャイニーズ・シアターや、ドルビー・シアターを見学してから、さまざまな見どころが点在するハリウッド・ブルバードに沿って歩いてみよう。街なかには映画のキャラに扮した人や、芸能人のそっくりさんなどもたくさんいて、毎日がお祭り騒ぎのような。映画に縁が深い建物や、歩道にはめかれたウォークオブフェイムをひとつずつ見て歩くのも楽しい。

A TCLチャイニーズ・シアター

TCL Chinese Theatre

大好きなスターの手形・足形を探してみよう

1927年オープンのハリウッドの顔、というべき老舗映画館。前庭には一流スターの証となる、本人たちの手形・足形とサインが刻み込まれたプレートが埋め込まれている。

MAP P.66 E-4/P.33

③323-461-3331 ④VIPツアー9:30~18:45(スケジュールとチケット購入はウェブから) ⑤不定期(イベントのある日は催行なし) ⑥\$18 ⑦V.M.A ⑧URL www.tclchinesetheatres.com/

Wow! やっと見つけたぞ



④プレートは200以上、とにかく多いので目的のスターを見つけるのは一苦労

B ドルビー・シアター

Dolby Theatre

スターたちにも負けないゴージャスな劇場

アカデミー賞授賞式の会場として有名。劇場内を見学できるツアーも組まれている。スターたちが使うバーや化粧室などのバックステージや、豪華な客席なども見学できる。

④ドルビー・シアター正面。館内は最新の音響設備を備えている



MAP P.66 E-4/P.33

③323-308-6300 ④ガイド付きツアー10:30~16:00、30分ごとに出発 ⑤不定期(イベントのある日は催行なし) ⑥V.M.A ⑦\$25 ⑧URL dolbytheatre.com/

D フレンチ・クレープ・カンパニー

The French Crêpe Company

ショッピングと観光の合間にひと休み

甘めのデザート系やシーフード、ビーフ、野菜などの食事系クレープ、ワッフル、サンドイッチなどの軽食を提供。食事系のクレープにはサラダも付いてボリュームミー。

④一皿は比較的ボリュームミー。テラス席からバビロンコートを見下ろせる

MAP P.66 E-4/P.33

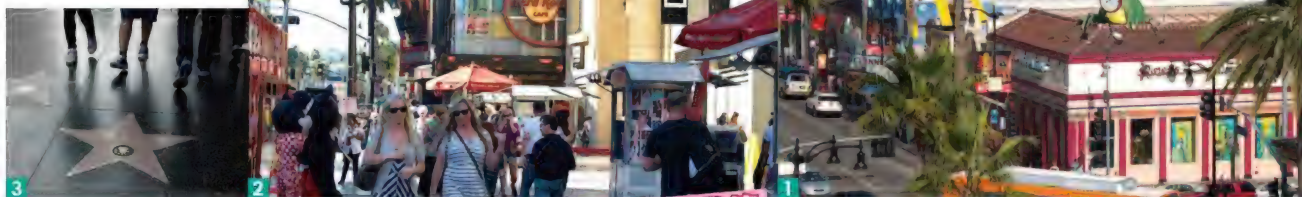
③323-960-0933 ④9:00~21:00(金・土曜~23:00、日曜~19:00) ⑤無休 ⑥V.M.A ⑦\$12~ ⑧URL www.frenchcrepe.com



広大なロサンゼルスには、それぞれ特徴を持った街が点在し、訪れるたびに新たな発見がある。まずは、定番のタウンに繰りだそう。



- 1 古さと新しさが入り混じるハリウッドの街並み
- 2 ドルビー・シアターの前の道は観光客でにぎわう
- 3 毎年増え続けるウォーク・オブ・フェイム



もっと
エンタメ

スタジオ見学に出かけよう

本場の撮影スタジオは絶対行ってみたい。チケット購入はウェブから。

ソニー・ピクチャーズ・スタジオツアー



Sony Pictures Studios Tour

映画のシーンが目の前に

歴代の映画で使われたセットが並ぶ。ガイドの説明を聞きながら、歩いてスタジオを見学する。

カリバーシティ MAP P.63 C-4

10202 W. Washington Blvd ④ トレー・ロデオから車で11分
② 310-244-8687 ③ 9:30、10:30、13:30、14:30 (所要2時間)
⑤ 土・日曜 ⑥ \$50 ⑦ www.sonypicturesstudios.com

ワーナー・ブラザーズ・スタジオツアー



Warner Bros. Studio Tour

ハリポタ関連の展示もある
トラムに乗って撮影現場を回るツアー。ハリポタの撮影で実際に使われた衣装なども見られる。

バーバンク MAP P.63 D-1

3400 Warner Blvd ④ メトロ・レッドライン (Bライン) Universal City/Studio City
駅から車で4分 ② 818-977-8687 ③ 8:30~15:30、30分ごとに出発 (所要3時間) ⑤ 日
曜 ⑥ \$69~ (所要5時間のデラックスツアーは\$295) ⑦ www.wbstudiotour.com

パラマウント・ピクチャーズ・スタジオツアー



Paramount Pictures Studio Tour

正真正銘ハリウッドにある撮影所
カートで移動しながら、撮影現場ごとに降りて、映画の裏話などの説明も聞ける人気のツアー。

ハリウッド MAP P.64 H-3

5515 Melrose Ave ④ ハリウッド&ハイランドから車で12分 ② 323-956-1777 ③ 9:00
~15:30、30分ごとに出発 (所要2時間、集合はツアーの30分前) ⑤ 無休 ⑥ \$60~ (所要4時
間30分のVIPツアーは\$189、平日のみ催行) ⑦ www.paramountstudiotour.com/

ハリウッドの街を散策

ハリウッド・ブルバード周辺 Hollywood Blvd

街を東西に走るハリウッド・ブルバードに沿って、見どころが点在する。いかにも観光地といった、ベタなおみやげ店を売る店も多い

ハリウッドスターの壁画

Hollywood Murals-You Are the Star

街かどになじむスターたちの壁画



④ 比較的大きな壁画でETやR2-D2なども描かれている

ハリウッドの撮影ポイントのひとつ。マリリン・モンロー、三船敏郎など往年のスターが描かれている壁画。1983年に描画されて以来、数回の補修作業が行なわれている。

P.66 G-5/P.33

④ Hollywood BlvdとWilcox Aveの角

マダム・タッソー・ハリウッド

Madame Tussauds Hollywood

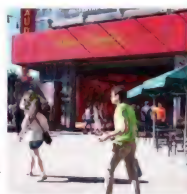
完成度の高さに驚きのろう人形たち

オードリー・ヘップバーンやチャップリンから、テイラー・スウィフト、カイリー・ジェンナーまで多数の有名人の精巧な、ろう人形が展示されている。もちろん一緒に写真も撮れる。

MAP P.66 E-4/P.33

6933 Hollywood Blvd
② 323-798-1670 ③ 10:00~20:00 ⑤ 日曜 ⑥ \$19.99~
⑦ www.madametussauds.com/hollywood/

④ 場所はハリウッド・ブルバード沿い、TCLチャイニーズシアターのお隣



④ ご存じジョニー・デップのろう人形、特徴をとらえている。

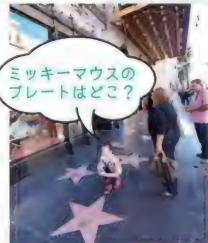
ウォーク・オブ・フェイム Hollywood Walk of Fame

足元にもスターたちの足跡が

歩道には、スターから裏方まで、さまざまなエンタメの分野で活躍した人のプレートがはめこまれている。じつはこれ、ハリウッドが衰退したところ、商工会が発案したもの。

MAP P.66 F-4/P.33

④ Hollywood BlvdのGower StとArgyle Aveの間 ⑦ www.walkoffame.com/



ミッキーマウスのプレートはどこ?



高級感ある美しい町並み

ビバリーヒルズ & ロバートソン・ブールバード

Beverly Hills & Robertson Blvd



B ロデオ・ドライブ & トゥー・ロデオ

Rodeo Drive & Two Rodeo

世界中のハイブランドが集結するストリート

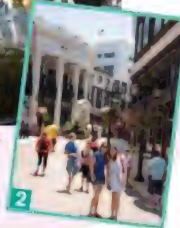
バームツリーの街路樹がカリフォルニアらしいロデオ・ドライブに対し、トゥー・ロデオは石畳のヨーロッパ風の街並み。高級感ある街の雰囲気を感じに訪れる観光客も多い。

MAP P.65 B-1 / P.34

ロデオ・ドライブはウィルシャー・ブールバードとサンタモニカブールバードの間。トゥー・ロデオはロデオ・ドライブの東側に並行し、ウィルシャー・ブールバードとデイトン・ウェイの間



1 ロデオ・ドライブでゆっくりショッピングするなら午前中がねらい目 2 デイトン・ウェイに面するトゥー・ロデオは撮影ポイント



セレブ感あふれるおしゃれスポット
ビバリーヒルズとロバートソン。隣接する2つの街には、洗練された高級感のセレクトショップやハイエンドの店が立ち並び、この地域は高級住宅地でもあり、女優やモデル、エンターテインメント業界で成功をおさめた人たちが、多数住むことも知られていて、有名なセレブたちが、こひいきにしている店も多く、各店とも最新を取り入れた、上質なファッションをそろえている。ウィンドウショッピング中に、意外な名人に会えるかも。

高級住宅地としても有名

ビバリーヒルズ

Beverly Hills

見どころはロデオ・ドライブを中心に広がるおしゃれでリッチな街並み。カフェのテラス席で道行く人を眺めながらランチもおすすめ。

C プラネット・ブルー

Planet Blue

南カリフォルニアスタイルを提案

マリブに本店がある大人気のセレクトショップのビバリーヒルズ店。扱うブランド数は100以上。青い空の下で映えそうな、明るめの色のカジュアルウェアが豊富。

MAP P.65 B-1 / P.34

409 N. Beverly Dr 310-385-0557 10:00 ~ 19:00 (金・土曜 ~ 20:00) 無休 2F V, M, A URL www.shopplanetblue.com



1 ワイルドフォックスのTシャツとリネンのパンツ 2 夏にぴったりビビッドカラーのサンドレス

3 カラフルな色使いが多い

A アンド アザーストリーズ

& other stories

着回しがきく実用的アイテムがそろう

ウェアから靴、小物、コスメまでがそろったセレクトショップ。リーズナブルな値段で、ちょっとおしゃれな普段着として使える実用的なアイテムが多い。

MAP P.65 B-1 / P.34

370 N. Beverly Dr 424-359-3218

10:00 ~ 19:00 (日曜 11:00 ~ 18:00) 無休

2F V, M, A URL www.stories.com/



ビバリーヒルズの豪邸巡り

ハリウッドセレブの邸宅ツアー

Hollywood Celebrity Homes Tour

ビバリーヒルズには多くのスターたちが住んでいる。そんなスターたちの家を外から見学するガイド付きのツアー。桁違いの豪邸は一見の価値は十分あり。

MAP P.66 E-4 / P.33

【催行】毎日 【所要時間】2時間

【出発】ハリウッド&ハイランドのスターラインターミナル(6925 Hollywood Blvd)。LAエリア内の主要ホテルへのピックアップサービスもある(予約時に要確認)

\$45 2F V, M, A URL www.starlinetours.com/en

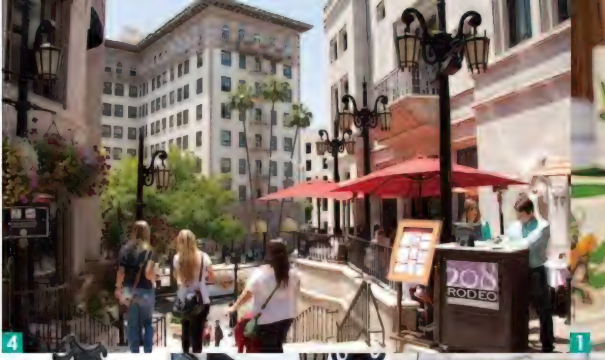
1 セレブたちはどんな豪邸に住んでいるのかな



1 恐竜の形のボタンがユニークなニットカーディガン\$99

2 バフショルダーがかわいいミニディズのワンピース\$119

3 クロコダイルの型押ししたミニバッグ\$169



1 カリフォルニア・グリーンのカップ 2 ファッション業界に貢献したデザイナーたちに贈られるロデオドライブ・ウォーク・オブ・スタイル賞のプレート 3 ロデオドライブにあるブランドショップ 4 トゥー・ロデオの人気カフェ 5 トゥー・ロデオは写真スポットとしても人気



ロバートソンへのアクセス:
ハリウッドからメトロバス212番に乗り、Wilshire Blvd & La Breaでメトロ・ラビット720番に乗り換え。サンタモニカからメトロ・ラビット720番を利用し、Wilshire Blvd & Robertson Blvdで下車。徒歩10分。

旬の流行をキャッチしよう

ロバートソン・ブルバード

Robertson Blvd

南北に長いストリートで、交差するサード・ストリートとビバリー・ブルバード間に主要ショップが集中。

G キットソンLA

Kitson LA
アメリカン雑貨のおみやげ探しにもグッド
広い店内には服、本、ステーションナリー、雑貨などがびっしり。いま世間を騒がせている有名をモチーフにした、ユーモアの効いた皮肉っぽい商品など、面白そうなものがたくさん。
MAP P.35
115 S. Robertson Blvd ☎424-245-4003 10:00~20:00 (土曜9:30~19:00、日曜11:00~19:00) 休無休
カV、M、A、J URL www.kitsonlosangeles.com/



D ジョージタウン・カップケーキロサンゼルス

Georgetown Cupcake Los Angeles
地元の女の子たちに人気
カップケーキの種類の多さと、かわいさ、味のよさでたちまち人気のショップに。ロバートソンでのショッピング疲れたら、立ち寄りたいカップケーキのお店。日本人には少し甘めに感じるかもしれないけど、アメリカ人が好むスイーツにトライしてみても。
MAP P.35 詳細はP.47



店内はファンシーなインテリア



E ビバリーセンター

Beverly Center
多くの有名人が買い物に訪れるモール
セレブやスタイリストご愛用のショッピングセンター。ブルーミングデールズ、メーシーズの2つのデパートのほかカジュアルからハイブランドまで100以上の店舗が入る。
MAP P.65 D-4/P.35
8500 Beverly Blvd ☎310-854-0070
10:00~21:00 (金曜~20:00、土曜11:00~18:00)
休無休 店舗により異なる URL beverlycenter.com/

F ジャック&ジルス・ツー

Jack'n' Jill's too
地元で愛されているカフェ
ロバートソン周辺の住民に人気のカフェ。居心地のよい店内には、ゆったりとランチを楽しむ人たちが。おすすめは各種サンドイッチやチキン、野菜を具材にした食事系のクレープ。
MAP P.35
8738 W. 3rd St ☎310-858-4900
9:00~16:00 休無休 13.50~
カV、M、A URL www.jacknjillstoo.com/



アットホームで落ち着いたインテリア
ローストターキーとブルーチーズのサンドイッチ



みんなが憧れるビーチシティ サンタモニカ Santa Monica

活気ある海辺の街を
エンジョイしよう！

抜けるような青い空、長く続く海岸線。サンタモニカは誰もが思い描く、カリフォルニアのイメージそのものだ。観光スポットとして人気のサンタモニカ・ピアには、おみやげ物屋やシーフードレストラン、遊園地のパシフィック・パークがあり、市民の楽しみの場にもなっている。また、このエリアにはベニス・ビーチやメイン・ストリートなど個性豊かなビーチシティがあり、ユニークな店やおしゃれなカフェが軒を連ねている。

有名ストリートを散策

サード・ストリート・プロムナード

Third Street Promenade

LAでは数少ない夜遅くまで安心して遊べる通り。雑貨、ブティックなどのショップやカフェ、レストランも多い。

A スー・ラ・ターブル

Sur La Table

遊び心あるキッチン用品が見つかる

かわいくてカラフルで、気のきいたキッチン用品が、店内にずらりと並ぶ。手頃な値段でかざばらないグッズもおおいので、おみやげ探しにぴったり。

MAP P.67 A-5/P.36

301 Wilshire Blvd 310-395-0390
10:00~21:00 (日曜11:00~19:00) 無休
V, M, A, J www.surlatable.com



★キッチンが明るくなるカラフルな商品が多い
★マフィン型に煮くカップと、飾り用のピンセット

そぞろ歩きが楽しい

サンタモニカ・ピア&パシフィック・パーク

Santa Monica Pier & Pacific Park

サンタモニカ・ピアを歩いていくと、先端に遊園地、パシフィック・パークが見えてくる。子ども向けではあるが、レトロなアーケードもあり、エアホッケーや、射的、ビンボールが楽しめる。

MAP P.67 A-1

380 Santa Monica Pier サンタモニカ・

プレイスから徒歩10分
310-260-8744

季節・天候・曜日により異なる 無休
無料 (各乗り物は\$5~10) V, M, A
pacpark.com/



B サンタモニカ・プレイス

Santa Monica Place

サンタモニカのランドマークのひとつ

3階建ての屋外型ショッピングセンター。ハイブランドからアメリカンブランドまで、幅広いショップが入る。3階には充実したレストランや、フードコートもある。

MAP P.67 C-5/P.36

395 Santa Monica Place
310-260-8333
10:00~21:00 (日曜11:00~20:00) 無休
店舗により異なる
www.santamonicaplace.com/



★フードコートの座席は屋内と屋外にある。天気の良い日は屋外で

★2つの大きなデパートも入っている

主なショップリスト・ティファニー、トリ・パーチ、コーチ、ルイ・ヴィトン、マイケル・コース、スワロフスキー、ブルーミングデールズ、ノードストローム

C ハマス・バー・エクスプレス

Hummus Bar Express

お腹が空いたら地中海料理にトライ

カジュアルなレストラン。品質のよい肉や野菜などを厳選、効率的に食材を使うことで、値段もリーズナブルに抑えられている。焼き立てのピタパンに肉を挟んだシャワルマが人気。

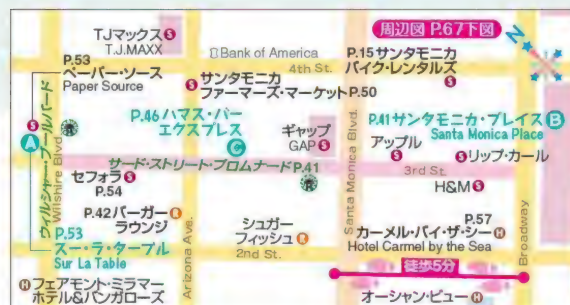
MAP P.67 B-5/P.36

→詳細はP.46



★ストリートに面するテラス席も気持ちいい

★セットのプレート。カババやひよこ豆のコロッケのファラフェルを挟んだサンドイッチも



サード・ストリート・プロムナードへのアクセス:
ビバリーヒルズから外ロ・ラビト720番でSanta Monica Blvd & 4th St まで下車。または704番でBroadway & 4th St 下車。



1 テン・ウーマンで販売されている地元アーティストの作品 2 ペニス・ビーチはローラースケートで移動する人も 3 アボット・キーニーにランチに来たという3人



今日は
ビーチヨガの日!



個性なお店がいっぱい メインストリート Main Street

サンタモニカとペニスを結ぶメイン・ストリートは、個性的なブティックや雑貨屋が軒を連ねている。休日には地元の人で賑わう。

B アース・カフェ Urth Caffe

ピザの生地もオーガニックの小麦を使って手作り

オーガニックカフェの草分け

LAのオーガニック・カフェの草分け的存在。店で提供する料理の食材は、コーヒーも含めてすべてオーガニック。食材の品質にはこだわりを持っている。パンは24時間体制で焼いている。

MAP P.67 B-2/P.37

2327 Main St
310-314-7040 6:00~
22:00 (金・土曜~24:00、日曜
~23:00) 無休
\$11~ 全V、M、A
www.urthcaffe.com/



中庭の席でコーヒーを
飲んでリラックス



A カリフォルニア・ヘリテージ・ミュージアム California Heritage Museum

19世紀のアメリカの邸宅

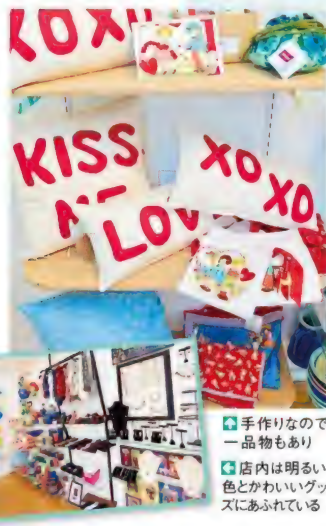
1894年に建てられた家が現在の場所に移築され、博物館となった。場所はメイン・ストリートの真ん中あたり。博物館では常設以外にも、多様な企画展が開かれ人気となっている。

MAP P.67 A-2/P.37

2612 Main St 310-392-8537 11:00~16:00 (火曜18:00~21:00) 毎月曜 \$10
californiaheritagemuseum.org/



前の広場では、日曜はファーマーズ・マーケット、火曜の17時から21時までには、さまざまなフードトラックが出店する。



C テン・ウーマン Ten Women

アーティストのハンドメイド
10人の地元女性アーティストが集まり、立ち上げた店。布製品、バッグ、ジュエリーなどセンスの良い作品がいっぱい。モンタナにも支店がある。

MAP P.67 B-2/P.37

2719 Main St 424-433-8116 11:00~19:00 (金~日曜10:00~) 無休
全V、M、A www.tenwomen-gallery.com

手作りなので一品物もあり
店内は明るい色とかわいいグッズにあふれている

キュートな女の子と男の子の手作りの布袋。



メインストリートへのアクセス:
ビバリーヒルズからメトロ・ラビット720番またはメトロバス20番に乗り、Wilshire Blvd & Westwood Blvd下車。ビッグ・ブルー・バス8番または1番に乗り換え、Main St & Ocean Park Blvdで下車。

周辺図 P.67上図
アース・カフェ Urth Caffe
サンタモニカメイン・ストリートインフォメーションセンター
メインストリート Main St
P.41 ギャラリー The Gallery
カリフォルニア・ヘリテージ・ミュージアム California Heritage Museum
シノワ・オン・メイン Chinois on Main
テン・ウーマン Ten Women
ラベック・クッチーナ La Vecchia Cucina
エスプレッソ シエロ Espresso Cielo
MUJI
Chaya Venice
Ocean Front Walk



深い味わいのカフェラテにほっこり



インテリゲンシア コーヒー ペニス・コーヒーバー Intelligentsia Coffee Venice coffeebar

極上のコーヒーでひと休み

一杯ずつ丁寧に引いたコーヒー豆を使い、熟練のバリスタがいるコーヒーが味わえる店。

MAP P.67 B-3

1331 Abbot Kinney Blvd サンタモニカ・プレイスから車で10分 310-399-1233 6:00~20:00 (金曜~22:00、土曜7:00~22:00、日曜7:00~) 無休
全V、M、A www.intelligentsiacoffee.com

ソルト Salt

個性的なインテリアグッズも揃う

ファッションからアートオブジェ、インテリア小物まで、オーナーのこだわりとセンスが光るセレクトショップ。

詳細はP.49

アーティストの一点ものや、ユニークな小物が揃う



アーティストック な注目タウン!

アボット・キーニー Abbot Kinney を探索しよう

個性的なショップやギャラリーが多数集まり、いまもっとも注目されている、ビーチシティといえばアボット・キーニー。アートの香りがする街を楽しもう。



街角にもアートが

アボット・キーニーへのアクセス:
サンタモニカからビッグ・ブルー・バス18番に乗り、Abbot Kinney Blvd & California Aveで下車。またはサンタモニカやダウンタウンからメトロ・ラビット733番に乗り、Abbot Kinney Blvd & Venice Blvdで下車。

ホップオン・ホップオフ



LA各地に点在する定番観光スポットを、効率良く回ることができるバス、ホップオン・ホップオフ。上手に乗りこなしてLAの観光地を制覇しよう

で攻略!

乗り降り自由で
超便利!!

人気のバスを大調査

ビバリーヒルズ、ハリウッド、ダウンタウン、サンタモニカなどLAの主要エリアを巡るコースとハリウッドとユニバーサル・スタジオを結ぶルートがある。



ホップオン・ホップオフ シティ・ツアー

Hop-On Hop-Off City Tour

☎ 323-463-3333 国有効時間24時間\$49、48時間\$64、72時間\$79、すべてのルート共通で使用可 5:00 A.M. - 11:00 P.M.
🌐 www.starlinetours.com/hop-on-hop-off

乗り方ガイド

1. チケットの購入

チケットの購入は、チャイニーズ・シアター前とハリウッド&ハイランドの前にあるブース、サンタモニカ・ピアなどのスターラインツアーのチケットオフィスで。ウェブからの購入も可能。



2. バスに乗る

購入したチケットをドライバーに渡すと利用時刻を刻印してくれる。乗ったらバス内の階段を上って見晴らしの良い2階席へ。マナーを守り安全で快適な観光を。



3. 乗車・下車は?

バスは下車する人がいなくても全ての停留所に停車する。目的の観光地に着いたら、バスを降りる。観光が終わったら降りた場所に戻り、バスを待つ。



ホップオン・ホップオフここがお得

まずは
ルート図を
ゲットしよう

ルート図には全てのバスの路線図、タイムテーブルや割引のきく施設などの必要な情報が全て掲載されている。

ATTENTION

利用するときの注意

- 1 停留所の標識はないので、降りたら目印になる建物などを覚えておく。
- 2 暗くなる前に繁華街かホテルに戻る。
- 3 運行時間は季節により異なるので、利用する前に必ずスケジュールを確認する。

その1 料金一律乗り降り自由

チケットは24時間、48時間、72時間の3種類。バスに乗って刻印された時刻から有効になる。乗り降り自由で、どのルートでも同一チケットで乗れる。

その2 施設が割引きに

スターラインツアーやユニバーサル・スタジオ、グラミー博物館ほか多数の施設でチケットを提示すると、入場料などが割引に。

その3 日本語の音声案内付

レッド、イエロー、パープルの主要ルートでは、バスの中での停留場の告知アナウンスを日本語のテープで行っている。英語を聞き漏らして乗り越す心配がないので安心。

レンタカー
なしでも
大丈夫!

LA観光は/ ホップオン HOP-ON



ユニオン・ステーション
UNION STATION

MAP P.66 H-2
●サンディエゴなどへ行くアムトラックも発着。構内の豪華さは一見の価値あり

ステイプルス・センター
STAPLES CENTER

MAP P.66 E-3
●NBAのレイカーズやNHLのキングスの本拠地。有名アーティストのコンサートも



**43 CONVENTION CENTER/
STAPLES CENTER 下車**

**37 OLVERA ST/PUEBLO/UNION
STATION 下車**

MAP P.66 F-3
●靴も服もバッグも、とにかく安い。掘り出し物を見つけにGO!



**42 FASHION DISTRICT/
SANTEE ALLEY 下車**



オルベラ・ストリート
OLVERA STREET

MAP P.66 H-1
●詳細はP.21
●メキシコムード満点。オルベラ・ストリートはロサンゼルス発祥の地

グランド・セントラル・マーケット
GRAND CENTRAL MARKET

MAP P.66 G-2
●詳細はP.50
●庶民の台所、新鮮な食材を売るマーケット。DIYアウトの店もあるのでランチに利用できる



**39 GRAND CENTRAL MARKET/
BRADBURY BLDG**

L.A.ライブ
L.A. LIVE

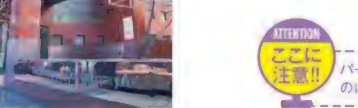
MAP P.66 E-3
●クラブやレストラン、シアターなどを擁する一番旬なコンプレックス



**44 L.A. LIVE/GRAMMY
MUSEUM 下車**

**ロサンゼルス
現代美術館**
MOCA

MAP P.66 G-2
●アメリカ近代美術のコレクションは西海岸有数、近代美術好きは必見



ウォルト・ディズニー・コンサートホール
WALT DISNEY CONCERT HALL

MAP P.66 G-2
●現代建築の巨匠フランク・ゲーリー設計のホール。近未来的な外観が印象的

**33 WALT DISNEY CONCERT
HALL/MOCA 下車**

ダウンタウン

変化著しいホットなタウンへ

PURPLE Route

パープル・ルート

パープル・ルートはダウンタウンを中心に回るコース。 Teppan 観光地のオルベラ・ストリートやユニオン・ステーション、一番エッジなLAライブまで、これに乗れば全てをカバー。

- 始発 Olvera St/Puebro/Union Station 9:00
- 運行時間 9:00~17:00(最終出発便) 運送間隔 1時間、1周1時間
- (運行スケジュールは変更する場合があるので時刻表で要確認)

運転間隔1時間 Bus stop

- 37 **オルベラ・ストリート/プエブロ/ユニオン・ステーション** START!!
OLVERA ST/PUEBLO/UNION STATION
- 38 **リトルトーキョー**
LITTLE TOKYO
- 39 **グランド・セントラル・マーケット/ブラッドベリービル**
GRAND CENTRAL MARKET/BRADBURY BLDG
- 40 **中央図書館/ビルトモア・ホテル**
CENTRAL LIBRARY/BILTMORE HOTEL
- 42 **ファッション・ディストリクト/サンティ・アレイ**
FASHION DISTRICT/SANTEE ALLEY
- 43 **コンベンション・センター/ステイプルス・センター**
CONVENTION CENTER/STAPLES CENTER
- 44 **L.A.ライブ/グラミー博物館**
L.A. LIVE/GRAMMY MUSEUM
- 33 **ウォルト・ディズニー・コンサート・ホール/MOCA**
WALT DISNEY CONCERT HALL/MOCA
- 34 **シビック・センター/天使のマリア大聖堂**
CIVIC CENTER/CATHEDRAL OF OUR LADY
- 36 **チャイナタウン・ショッピングモール**
CHINATOWN-SHOPPING MALLS
- 37 **オルベラ・ストリート/プエブロ/ユニオン・ステーション** GOAL!
OLVERA ST/PUEBLO/UNION STATION

ATTENTION
ここに注意!!
パープル・ルートは運行間隔が長い。日暮後バス停で長時間待つのは危険な場合もあるので、暗くなったらタクシー利用も考慮。

大きな家のオブジェが
青空に映えてキレイ



ドルビー・シアター DOLBY THEATRE

MAP P.66 E.4 / P.33 → 詳細はP.32

●アカデミー賞授賞式会場として知られるゴージャスな劇場

ハリウッド&ハイランド HOLLYWOOD & HIGHLAND

MAP P.66 E.4 / P.33 → 詳細はP.32

●ハリウッド観光はここが起点。ハリウッドの中心にある複合施設

ウォーク・オブ・フェーム WALK OF FAME

MAP P.66 F.4 / P.33 → 詳細はP.33

●歩道に埋められたエンタメ界で活躍した人の名前が刻まれた星型

1 DOLBY THEATRE下車

ビバリー・ウィルシャー・フォーシーズンズ BEVERLY WILSHIRE, A FOUR SEASONS HOTEL

MAP P.65 B.2 / P.34

●国賓御用達の超高級ホテル。映画「フリティ・ウーマン」で一躍有名に!



ロデオドライブ RODEO DRIVE

MAP P.65 B.1/P.34 → 詳細はP.34

●LAで一番高級なショッピングゾーン。リッチな雰囲気を楽しもう

7 3RD ST/BEVERLY HILLS下車

ビバリーセンター BEVERLY CENTER

MAP P.65 D.4 → 詳細はP.35

●セレブも来るショッピングセンター。ブランド物からおみやげまで何でも揃う



9 BEVERLY CENTER SHOPPING下車

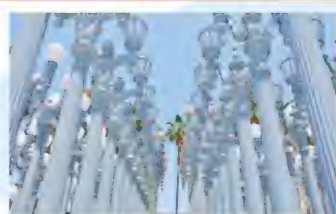


サンセット・ストリップ SUNSET STRIP

MAP P.64 E.2

●有名ライブハウスやバー、クラブが集まるLA屈指の夜遊びスポット

4 THE COMEDY STORE/SUNSET STRIP下車



ロサンゼルス郡立美術館 LOS ANGELES COUNTY MUSEUM OF ART

MAP P.64 E.4

●通称LACMAで親しまれている美術館。バスチケット提示で入場料が割引に

10 LA BREA TAR PITS/LACMA/PETERSEN AUTO下車



グローブ THE GROVE

MAP P.64 E.4

●ヨーロッパ風建物の屋外式大型ショッピングモール。モール内にはトロリーも走る

11 FARMERS MARKET & THE GROVE下車



ファーマーズ・マーケット FARMERS MARKET

MAP P.64 E.4

→ 詳細はP.50

●約100軒の店が入る老舗のファーマーズ・マーケット。フードコートはランチにおすすめ



ドルビー・シアターからユニバーサル・スタジオへ

ダイレクトに行ける HOLLYWOOD-UNIVERSAL SHUTTLE

ハリウッド・ユニバーサル シャトル

ドルビー・シアターからユニバーサル・スタジオ・ハリウッドまでノンストップ。バスチケット提示で入場料が割引になる。

始発:Dolby Theatre (Starline Terminal) 9:00 運行時間:9:00~17:30(最終出発便) 運転間隔:30分~1時間30分



ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド UNIVERSAL STUDIOS HOLLYWOOD

MAP P.63 D.1

●本物の映画の現場が見られるツアーが人気のテーマパーク

→ 詳細はP.30



ハリウッド▶ビバリーヒルズ

ショッピングにも◎

RED Route レッド・ルート

ハリウッド&ハイランド、ビバリーセンター、グローブの人気3大モールをカバー。メルローズなどにも立ち寄る。

始発:Dolby Theatre 9:00 運行時間:9:00~17:30(最終出発便)

運転間隔:30分、1周2時間(運行スケジュールは変更する場合がありますので時刻表で要確認)

次のバスに
乗ろうか



運転間隔30分 Bus stop

- 1 **ドルビー・シアター**
DOLBY THEATRE
Hollywood-Universal Shuttle, Shuttle Serviceの乗換地点
- 4 **コメディストア/サンセットストリップ**
THE COMEDY STORE/SUNSET STRIP
- 5 **ロンドンホテル/ウィスキー・ア・ゴー・ゴー**
LONDON HOTEL/WHISKY A GO GO
- 7 **サード・ストリート/ビバリーヒルズ**
3RD ST/BEVERLY HILLS
Yellow Routeとの乗換地点。日曜日のみKENFORD CAR/BEVERLY HILLSにバス停の場所が変更になる
- 9 **ビバリーセンター**
BEVERLY CENTER SHOPPING
- 10 **ラブレア・タルピット/LACMA/ピーターセン・オート**
LA BREA TAR PITS/LACMA/PETERSEN AUTO
- 11 **ファーマーズ・マーケット&ザ・グローブ**
FARMERS MARKET & THE GROVE
- 12 **メルローズ・アベニュー**
MELROSE AVE SHOPPING
- 14 **ヴァイン・ストリート/パラマウント・スタジオ**
VINE ST/PARAMOUNT STUDIOS
- 1 **DOLBY THEATRE** GOAL!

おすすめ
観光地はここ



ホップオン・ホップオフのバス停は表示のないところが多い。下車した場所
で目印になるものを必ず覚えておこう。



ビバリーヒルズ
Beverly Hills
MAP P.65 B-4 一環線はP.54
●レッド・ルートへ乗換もできるバス停

7 3RD ST/ BEVERLY HILLS



メイン&マリン・ストリート
MAIN STREET/MARINE STREET
MAP P.67 A-2
●サンタモニカに向かってメイン・ストリートの数階のスタートに

77 MAIN ST/MARINE ST
下車



サンタモニカ・ピア
SANTA MONICA PIER
MAP P.67 A-1 / P.36 一環線はP.54
●観光客だけでなく地元の人にも人気のピア。特に週末は賑わう

57 OCEAN AVE/SANTA MONICA PIER 下車

サンタモニカ・プレイス
SANTA MONICA PLACE
MAP P.67 C-5 / P.36 一環線はP.56
●初のショップやレストランが入るショッピングセンター



サード・ストリート・プロムナード
3RD STREET PROMENADE
MAP P.67 A-5 / P.36 一環線はP.56
●3フロアにわたる商店、ショップやカフェは昼食まで楽しめる

59 WILSHIRE/3RD ST PROMENADE 下車



カリフォルニア大学 ロサンゼルス校
UCLA
MAP P.63 B-3
●ウエストウッドにある全米有名大学。卒業生は多岐にわたる分野で活躍。UCLAのロゴ入りグッズも人気

63 WESTWOOD/ UCLA/HAMMER MUSEUM 下車



ベニス・ビーチ
VENICE BEACH
MAP P.67 A-2 一環線はP.53
●スポーツで汗を流している人やパフォーマーなど多くの人が集まるビーチ

83 VENICE BEACH
下車

地元の人や観光客が集まる賑やかなビーチへ



メイン・ストリート
MAIN STREET
MAP P.67 A-2 / P.37 一環線はP.57
●ブティックや雑貨屋、オーガニックにこだわりのカフェなど魅力的な店が多い

78 MAIN ST/VISITOR INFORMATION CENTER 下車



ピアに来たらロコと一緒に思い切り楽しもう

Shuttle Service どの乗換地点



サード・ストリート・プロムナード
3RD STREET PROMENADE
MAP P.67 A-5 / P.36 一環線はP.56
●3フロアにわたる商店、ショップやカフェは昼食まで楽しめる

59 WILSHIRE/3RD ST PROMENADE 下車



比較的車い時間には乗替バスとなる。バスを乗り換えて乗る場合は、最初にタイムスケジュールを調べ、予定を確認しておきたい。

シムス・ストリート
こちらから



ビバリーヒルズ▶サンタモニカ
ローカルのイチオシ
YELLOW Route
イエロー・ルート
旅行者に人気のサンタモニカのメイン・ストリートや、ローカル色の強いモンタナ・アベニュー、プレントウッドなどおしゃれで洗練されたエリアをぐるりと回るルート。

● 出発 3rd St/Beverly Hills 10:00 Ocean Ave/Santa Monica Pier 9:30 運行時間 10:00~17:00(最終出発便)、Ocean Ave/Santa Monica Pier 9:30~18:10(最終出発便) 運賃 乗車 40分 1周2時間

運転間隔 30~40分 **Bus stop**

7 ★ サード・ストリート/ビバリーヒルズ
3RD ST/BEVERLY HILLS

51 ビバリーヒルトン・サンタモニカブルーバード
THE BEVERLY HILTON-SANTA MONICA BLVD

52 センチュリー・プラザ・ホテル/アンネンバーグ博物館
CENTURY PLAZA HOTEL/ANNENBERG MUSEUM

83 ベニス・ビーチ
VENICE BEACH

77 メイン・ストリート&マリン・ストリート
MAIN ST/MARINE ST

78 メイン・ストリート/ビジター・インフォメーション・センター
MAIN ST/ VISITOR INFORMATION CENTER

57 ★ オーシャン・アベニュー/サンタモニカ・ピア
OCEAN AVE/SANTA MONICA PIER

59 ウィルシャー/サード・ストリート・プロムナード
WILSHIRE/3RD ST PROMENADE

63 ウェストウッド/UCLA/ハマー博物館
WESTWOOD/UCLA/HAMMER MUSEUM

64 ビバリーヒルトン・ウィルシャー・ブルーバード
THE BEVERLY HILTON-WILSHIRE BLVD

7 サード・ストリート/ビバリーヒルズ **GOAL!**
3RD ST/BEVERLY HILLS

空港周辺ホテル台サンタモニカ・ハリウッド
SHUTTLE SERVICE
シャトル・サービス
空港周辺の各主要ホテルから、サンタモニカのオーシャン・アベニュー/サンタモニカ・ピア間、ハリウッドのドルビー・シアター間を往復するシャトルバスが運行されている。運行スケジュールはサンタモニカ・ハリウッドともラ キンターイン発8:00、8:30の2便。復路はオーシャン・アベニュー/サンタモニカ・ピア発18:10、ドルビー・シアター発17:30の各1便。
→ 詳細は www.starlinetours.com/en/hop-on-hop-off-schedule



ロサンゼルス

ローカル
おすすめ!

グルメNavi



LAは食の激戦区。スターシェフの高級レストランからおしゃれなカフェ、さまざまな国の料理やファストフードまで、食のチョイスに迷うほど。

ヴィーガン
バーガー \$12.99

□各種野菜と味噌で作ったパテとビーガンチーズをパンズにサンド



Navi

味に大きさに大満足!

1 グルメバーガー

LAでは、安心安全なこだわり食材で作るグルメバーガーの人气が急上昇中

王道のクラシック
バーガーはおさえない



クラシック・
チーズバーガー
\$12.99

□新鮮な挽肉のパテにチェダー、スイス、アメリカンチーズを挟んだ定番

パニオロ
\$15

□大きなオニオンフライに、コナコーヒーのパベキューソースを挟んだバーガー



□ショップのいちばん人気。ウマミバーガーの原点のハンバーガー



ウマミ・
バーガー \$13.50



ラウンジ
バーガー \$7.95

□オーガニックチーズかオニオンを選択。ソースは自家製サウザンドアイランド



カリ
バーガー \$12.50

□ソテーしたオニオンが美味。具材のチーズはホームメイドのアメリカンチーズ、ソースも自家製



スパイシー・
クアワ・
クランチ
\$14

□オーガニックビーフにホームメイドのスパイシー・グアパソースが合う

サンタモニカ MAP P.67 A-5 / P.36

D バーガー
ラウンジ
Burger Lounge

食欲をそそる高級感あるパティ
牧草だけで育てた肉牛やオーガニックチーズなど食材にこだわる。ていねいに手作りされたパテは脂身も少なくあっさりヘルシー。

☎213 Arizona Ave
☎サンタモニカ・プレイスから徒歩8分
☎424-238-8950 ☎10:30~21:30(金・土曜~22:00) ☎無休 ☎www.burgerlounge.com



サンタモニカ MAP P.67 B-1

C ポノ・バーガー
Pono Burger

契約農家のオーガニック素材を
ハワイ出身シェフのハワイ風オーガニック・バーガーで人気の店。素材にこだわり、ローカルの契約農家から新鮮な野菜や肉を仕入れている。

☎829 Broadway ☎サンタモニカ・プレイスから徒歩9分 ☎310-584-7005
☎11:00~21:00(金・土曜~22:00) ☎無休 ☎V.M.A ☎ponoburger.com/



ダウンタウン MAP P.66 F-3

B カッセルズ・
ハンバーガーズ
Cassell's Hamburgers

ローカル押しショップ
1948年にオープンした老舗のハンバーガーショップ。パテは毎日店で挽いた新鮮な挽肉で作られる。

☎421 W. 8th St ☎レッドライン(Bライン)/メトロ・パープルライン(Dライン)7th St/Metro Centerから徒歩7分 ☎213-372-5601 ☎8:00~23:00(金・土曜~24:00) ☎V.M.A ☎www.cassellshamburgers.com/



ハリウッド MAP P.66 H-5 / P.33

A ウマミ・バーガー
Umami Burger

ハンバーガーで表現するウマミ
クオリティの高い食材を使い、上質のハウスメイドのグルメバーガーを提供する。店舗ごとに、その店でしか食べられないオリジナルのメニューを持つ。

☎1520 N. Cahuenga Blvd (Space 15 Twenty内) ☎ハリウッド&ハイランドから徒歩15分
☎323-469-3100 ☎11:30~23:00(金・土曜~24:00) ☎無休 ☎V.M.A ☎www.umami.com





オーガニック
ブレッドと
スプレッドのセット

4



Navi 朝食もヘルシーに♡ 2 おしゃれカフェ

地元の人も朝食やランチに訪れるカフェで、
ゆったりランチを楽しんでみよう！

ビバリーヒルズ MAP P.65 A-1 / P.34

ル・パン・コティディアン

Le Pain Quotidien

オーガニックの自家製パンを

ベルギー発祥のベーカリー・レストラン。
吟味したオーガニックの材料で焼くパンに
は根強いファンが多い。サクサクに焼き上
げたクロワッサンやデニッシュなど種類も
多い。子どもが喜ぶメニューも豊富。

〒9630 S. Santa Monica Blvd. 図タワー・ロデオ
から徒歩8分 ☎310-859-1100 月6:30～19:00 (土・
日曜7:00～) 無休 図\$12～、DS\$15～
25V. M. A 図www.lepainquotidien.com

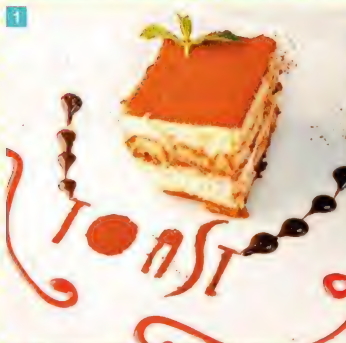


- 1 トレー・サンタモニカ通りに面している
- 2 朝食用の焼き立てのパンを買いに来る人もいる
- 3 各テーブルにあるジャムとチョコレートペーストが自由に使える
- 4 ペースト状の3種類のスプレッドをのせて、ベジタリアンも食べられる
- 5 オーガニックエッグサラダのオープンサンドはボリューム満点



オーガニック
エッグサラダの
オープンサンド

種類の多さが
自慢です



ミッド・ウィルシャー MAP P.64 E-4

トースト・ベーカリー・カフェ

Toast Bakery Café

行列は当たり前の人気カフェ

ビバリーセンター付近のサードストリート
にあるおしゃれカフェ。平日の朝にも関わ
らず、テラス席も屋内も出勤前のビジネス
マン、家族連れで大賑わい。料理のボリュ
ームももちろん良く、サクッと食べられるサ
ンドイッチやオムレツが人気。

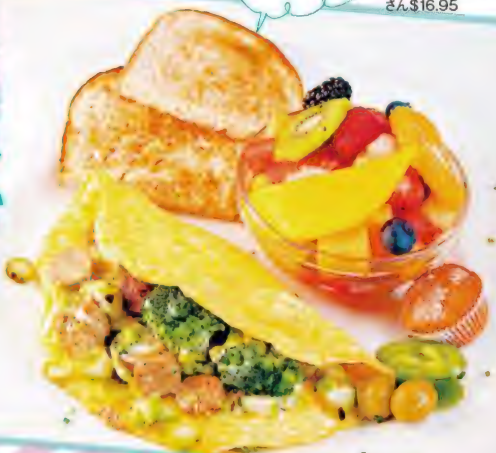
図8221 W. 3rd St
図ビバリーセンターから徒歩
12分 ☎323-655-5018
月7:30～17:00 無休
図\$20～ 25V. M. A
図www.
toastbakerycafe.net



おすすめは
オムレツ

- 1 ケーキなどスイーツもたくさん\$6.95～
- 2 スクラブルエッグ、ハム、チェダーチーズを挟んだサンドイッチ
- 3 店内以外に屋外のパラソル付き席もある
- 4 オムレツプレートは野菜とフルーツが盛りだくさん\$16.95

居心地がよくて
何時間でもいたくなる



ターキーと
野菜がたっぷりの
サンド

ブレイクファスト
タコス
はボリューム

映画業界人が第2の
仕事場にする有名カフェ

サンタモニカ MAP P.67 D-1

リテラティ・カフェ

Literati Café

芸能人やシナリオライターたちが常連

明るく居心地の良い店内では新聞を読んだり、
パソコン持参の人が多く、映画業界、エンタメ
業界の人が頻りに訪れる店。新鮮な素材を使
い、ヘルシーなメニューを提供。ドリンクを含
め、メニューのほとんどがオーガニックなのも
人気の理由だ。

図12081 Wilshire Blvd 図サンタモニカ・プレイス
から車で10分 ☎310-231-7484 月7:00～22:00 (土・日曜8:00～) 無休
図\$10.99～、DS\$12.99～ 25V. M. A 図www.literaticafe.com



- 1 かわいいうち・アートにほっこり
- 2 タコスに添えられたサルサは自家製。サンドイッチのパンは全粒粉を使用
- 3 落ち着いた雰囲気店内には、写真やポスターがいっぱい



シェフのこだわりは新鮮で質の良い食材



バーではカクテルや、厳選されたセレクトのワインが楽しめる



自慢のシーフードメニューはどの料理も美味



1 ラシエネガブルバードからは“The Bazaar by Jose Andres”の看板が見える 2 各ダイニングの内装が異なる 3 やや暗めのダイニングだが落ち着いて食事ができる



2



開放感あふれる店内で
極上シーフードを



ブライアン・マラーキー

Brian Malachuk

オレゴン州出身。アメリカ各地にさまざまなレストランをプロデュースする一方TV番組にも出演。2019年「ハーブ&ウッド」をサンディエゴにオープン話題に。



2

おすすめMENU

- オイスター・オン・ザ・ハーブ・シェル \$19~
- シーフード盛り合わせ \$65~

- 1 カキ、メインロブスター、ジャンボシュリンプなどシーフードの盛り合わせ。
- 2 グリーンが美しくリラックスできる店内
- 3 エスニック風味のムール貝
- 4 東海岸と西海岸から直送されるフレッシュなカキもおすすめ。1個 \$3.50~



3



4

サンタモニカ

MAP P.67 D-5

ヘリングボーン・サンタモニカ

Herringbone Santa Monica

気楽に入れるレストラン

有名シェフでレストランプロデューサーとしても名高い、マラーキー氏がプロデュースしてオープンさせた人気店。料理はもちろんゆったりと広い空間が魅力。バーも併設しているので、気軽に立ち寄ることができる。

1755 Ocean Ave ⑤ サンタモニカ・プレイスから徒歩9分 ☎ 310-971-4460
17:00~22:00 (金・土曜~23:00、日曜~21:00、プランチ士・日曜10:00~14:00、ハッピーアワー月~金曜16:00~19:00) ⑥ 無休
⑦ L\$20~、D\$45~ ⑧ V、M、A、J
⑨ http://herringboneats.com

©Marie Buck Photography/©Hakkasan Group

3 スターシェフの店

超一流レストランを手がけ、メディアへの露出も多いスターシェフたち。食通のLAっ子を満足させるため、彼らの料理は進化中

ビバリーヒルズ ⑥ MAP P.65 D-4

バザー・バイ・ホセ・アンドレス

The Bazaar by José Andrés

アメリカ版料理の鉄人にも登場

テレビ番組に出演したり、料理の本を出版するなど幅広く活躍するホセ・アンドレスのレストラン。斬新な盛り付けのハモン・セラノやガスパッチョなど、驚きと感動のタバス料理が味わえる。ハリウッドセレブで賑わっていることでも知られる。

465 S. La Cienega Blvd. ⑥ ビバリーセンターから徒歩10分
☎ 310-246-3555 ⑦ 18:00~22:00 (木・金曜~23:00、土曜17:30~23:00)
⑧ 3月・火曜 ⑨ \$40~ ⑩ V、M、A ⑪ www.thebazaar.com

チーズの上にあげた牛肉をのせ



1

おすすめMENU

- ツナセビチ&アボカドロール \$18
- フィリーチーズステーキ \$13



2



ホセ・アンドレス

José Andrés

スペイン出身。世界的に有名なシェフのもとで修業を経て渡米し成功を収める。タイム誌に最も影響力のある世界の人物100人にも選ばれている。

1 店内はそれぞれ異なったインテリアのスペースに分かれている
2 濃厚なミルクに特殊な処理をほどこし、モzzarella・チーズのようにカプレーゼ。食感はいくらのように



1

斬新! スタイリッシュな驚きの二皿

キレイな景色と
おいしい料理を

Navi

ちょっとロマンティックな

4 夜景がステキなレストラン

1日の終わりは眺めの良いレストランでサンセットや夜景を楽しんでみよう!

ダウタウン 区 MAP P.66 G-2

パーチ

Perch

この夜景のすごさは必見

360度LAの風景を展望できるレストラン。迫り来る迫力のビル群と遙か遠方の景色が楽しめる。料理はアメリカとフランス料理のフュージョン。手軽なハンバーガーから作り込んだメインディッシュまで選択肢は広い。

区448 S. Hill St 区メトロ・レッドライン(Bライン)パープルライン(Dライン)Pershing Square駅から徒歩1分
区213-802-1770 区18:00~翌1:00(木・金曜:翌2:00、土曜10:00~翌2:00、日曜10:00~)
区無休 区LS20~、DS28~ 区V、M、A
区www.perchla.com



区新鮮なムール貝をハーブとともに蒸したひと皿。添えてあるフランスパンを浸して食べるスープも美味 区カクテルやジャンパンの種類も多い15階のレストランにあるバー 区ひとロサイズのミニバーガーは手軽から人気のメニュー 区インテリアはレトロシック



良い席を
キープするなら
予約を忘れずに

区ルーフトップ16階にあるバーから望む夜景 区肉は口の中に入ると、ほろほろと崩れてしまうほどの柔らかさ



おすすめMENU

- アヒツナタルタル \$19
- 豚バラ肉角煮風 \$15
- ムール貝 \$18



夕暮れ時の
サンタモニカ
ピアは必見

おいしい料理と
サンセットにうっとり



サンタモニカ 区 MAP P.67 C-5

ロブスター

The Lobster

夕日に映える遊園地もきれい
サンタモニカピアの入り口にある1923年創業のレストラン。どの席からもサンタモニカの海に沈む美しい夕日を見ながら、新鮮なシーフードのディナーが楽しめる。服装はカジュアルでもフォーマルでもOK。人気のレストランなので必ず予約を。

区1602 Ocean Ave 区サンタモニカ・プレイスから徒歩3分 区310-458-9294
区11:30~22:00(金・土曜~23:00)
区無休 区LS40~、DS65~
区V、M、A 区www.thelobster.com

区レストランとサンタモニカピア全景 区オリジナルのブラッディマリー \$16 区ロブスターのグリルはおすすめの一品 区店はアーチのすぐ左 区スタートはロゼシャンパンで\$22 区オレンジ色に包まれる日暮れ時 区ボリュームたっぷりのクラムチャウダー \$16

おすすめMENU

- グリルド・メインロブスター 時価
- ニューイングランドスタイル クラムチャウダー \$16





素材の旨みが
ごはんにしみて
こむ

ペルー

柔軟な発想の料理を
お楽しみあれ

パンチェッタ、
詰、エビなどいろいろ
な具材の入った
ペルー風フライドライ
ス・パエリアスタイル



あっさりとし
日本人好み
の味

メルローズ MAR P. 65 D-3

ロザリン

Rosaline

有名シェフが手掛けるペルー料理

メルローズにオープンすると同時に、評判となつたレストラン。シェフのリカルド・サテ氏は、料理雑誌でベスト・ニューシェフに選ばれた実力者。さまざまな国の料理からインスパイアされたというペルー料理は味わい深い。

〒8479 Melrose Ave 西バリーセンターから車で2分
☎323-297-9500 18:30~21:30(金・土曜~22:30)
☎無休 150~ 50V, M, A 1000rosalinela.com



おすすめMENU
●グリルドステーキのトルティーヤ
添え \$27.75
●パパセビチェ
\$12.75

見た目も味も
洗練された料理が魅力

セビチェは
メキシコの
名物料理



メキシコ

ダウンタウン MAR P. 66 F-2

ボーダー・グリル・ ダウンタウンLA

Border Grill Downtown LA

有名女性シェフが紡ぐ洗練の味

シカゴの一流店で初めての女性シェフとして活躍した、モダン・メキシカン料理界の第一人者マリー・ス・ミレンの店。正統的なメキシコ料理のレシピに、ひとひねりを加えた独自の料理の世界を作り出す。

〒445 S. Figueroa St 西メトロレッドライン(Bライン)/パー
プルライン(Dライン) Pershing Square 駅から徒歩9分
☎213-486-5171 11:30~21:00(金・土曜~22:00、ランチ
土日曜11:00~15:00、ハッピーアワー16:00~19:00) ☎無休
14~、D\$24~ 50V, M, A 1000www.bordergrill.com



1 魚介類をマリネしたメキシコの代表的料理 2 牛バラ肉のステーキと黒豆、コーン、ピクルスをトルティーヤで巻いて食べるイチオシの一品 3 赤い看板が目印 4 マルガリタ各種

Navi

世界の味をEnjoy♪

5 エスニック料理

さまざまなエスニック料理が集まる
LAのダイニング。いろいろな味に挑戦しよう

サンタモニカ MAR P. 67 B-5 / P. 36

ハマス・バー・ エクスプレス

Hummus Bar Express

本格派地中海料理を気軽に

夜まで賑わうサンタモニカの、サードストリート・ブロムナードにある人気店。奥行きがあり天井が高く、落ち着いた店内での食事もいいが、通りに面したテラス席もオススメ。カジュアル系の店なので気軽に入れる。

〒1333 3rd St Promenade 西サンタモニカ・ブレイス
から徒歩6分 ☎310-260-1994 11:00~22:00(金・土
曜~23:00) ☎無休 15~
50V, M, A 1000www.hummusbarexpress.com



1 細長い店内の奥には注文カウンターとオープンキッチンが 2 ベジタブルプレートと、イスラエル風サラダ 3 チキン・シャワルマプレートとマッシュポテト

おすすめMENU

●チキン・シャワルマ \$19.80
●マッシュルーム・ハマス
\$13.20

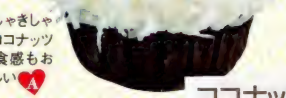
地中海



珍しい料理と
味が楽しめる

ヘルシーなハーブや
野菜が豊富なメニュー

■しゃきしゃきココナッツの食感もおいしい♡



ココナッツ \$3.95

■水全日曜日限定でお店に並ぶ♡



ブラックベリー・パッション・フルーツ \$3.95 小は3個で \$6.75

■クリーミーベナッツバターが独特に風味♡



チョコバター \$3.25

■マダガスカルバニラの甘い香り♡



GTC ストロベリー \$3.50

■日替わりメニューがあるお店も

甘すぎないから何個でも食べられるのよ



LAガールに人気のカラフルカップケーキ

見た目もかわいくておみやげに◎



バニラ \$3.25 小 \$2

■ホイップチョコレイトでコーティング♡



チョコレート・スクエアード \$3.50

■リボンのトッピングがかわいいカップケーキ♡



Navi 食べやすくってかわいい♡

6 カップケーキ

まだまだブームが続くカップケーキ。LAで食べておくべき注目店をご紹介します

なめらかクリームでスポンジはふっわふっわ



バニラ・バースディ \$3.50

■バニラバタークリームでフロスティング♡



ブラック&ホワイト \$3.95

■ダークチョコレートがちょっぴり甘さを抑える♡

■チョコレートケーキにチーズフロストをのせて♡



レッド・ベルベット \$3.95



ブラック&ホワイト \$3.95

■スプリングルの人気の定番カップケーキ♡



■わくわくしちゃうほどキュートなカップケーキが並ぶ♡

バサデナ MAP P.62 H-1

D ドッツ・カップケーキ
Dots Cupcake

バサデナの女の子のごひいきの店。タヒチのバニラ、マダガスカルのパールボン、オーガニックのジャムなどをはじめとし、吟味した材料で焼き上げる。キュートなデコレーションに目移りする。

21 N. Fair Oaks Ave. ☎メトロ・ゴールドライン (Lライン) Memorial Park 駅から徒歩10分 ☎626-744-7719 10:00~19:00 (金曜~20:00、土曜~21:00、日曜~18:00) ☎無休 ☎V、M、A ☎www.dotscupcakes.com



ロバートソン MAP P.35

C ジョージタウン・カップケーキ ロサンゼルス
Georgetown Cupcake Los Angeles

ファンシーな店内も人気。キャサリンとソフィーの姉妹の店で、開店時には行列もできたほどの人気。上質な素材で焼き上げたカップケーキはファンも多い。

143 S. Robertson Blvd. ☎ビバリーセンターから徒歩10分 ☎310-271-2171 11:00~19:00 (金・土曜~21:00) ☎無休 ☎V、M、A ☎www.georgetowncupcake.com/



サンタモニカ MAP P.67 A-4

B バニラ・ベーク・ショップ
Vanilla Bake Shop

懐かしい味にエッセンスを加えて。市内に2店舗を持つ。毎日焼き上げるカップケーキの材料はナチュラルにこだわっている。ひと口サイズも人気。アイシングクッキーも種類豊富。

512 Wilshire Blvd. ☎サンタモニカ・プレイスから徒歩7分 ☎310-458-6644 9:00~19:00 (日曜10:00~18:00) ☎無休 ☎V、M、A ☎www.vanillabakeshop.com



ビバリーヒルズ MAP P.65 A-1 P.34

A スプリングル・カップケーキ
Sprinkles Cupcakes

日替わりメニューも楽しい。LAのカップケーキ専門店の草分け。販売する20種類のうち、曜日変わりで12種類のフレーバーが店頭に並ぶ。店の外のカップケーキの自販機も評判。

9635 S. Santa Monica Blvd. ☎トウ・ロデオから徒歩8分 ☎310-274-8765 9:00~21:00 (日曜10:00~20:00) ☎無休 ☎V、M、A、J ☎www.sprinkles.com



要チェックの

おしゃれ上手な
ファッションista
おすすめ!

セレクトショップ

Select shop

ファッション好きなら必ず押さえないのが、オーナーやバイヤーのセンスが光るセレクトショップ。最旬のファッションを揃えた、セレクトたちが頻繁に通う話題のショップをチェック!

エルシーディー

LCD

幅広いセレクトが人気

個性的でデザイン性が高い商品を扱う。質の高いファッションを作り出す、世界中の才能ある独立系のデザイナーの発掘も行っているため、1点ものということも多い。LAらしいカジュアル系も多数。ダウンタウンのDTLAにも店舗がある。

MAP P.67 B-3 アボット・キーニー
1121 Abbot Kinney Blvd
サンタモニカ・プレイスから車で10分 424-280-4132
11:00~18:00 無休 V.M.A www.shoplcd.co/



ロンドンでブランドを立ち上げたレジナ・ビョウのビビッドなグリーンパティ・ドレス\$995



ナイキとのコラボで有名なマーティン・ローズのトラックパンツ\$505

素材はポリエステル。コーナ・ストラダのカーディガン・ヴァット\$275



ハイネックのガニーのストレッチャタイプのフローラルシャツ\$125

最新LAファッションを知りたいならここへ!



服はもちろんバッグや靴、コスメも扱う

個性的なデザイナーの洗練されたアイテムが揃う



普段着からハイエンドまで
チヨット他と差をつける

絞りのような繊細な加工が特徴的なラクエル・アグレラのショートパンツと、赤のニット



リネンのストールは、ユル巻きにピッタリのアイテム。上品さとかわいらしさも演出する



ジュエリーやバッグなどセンスの良い小物も
ケイト・モスやレディー・ガガが着用したことで注目を集めているラクエル・アグレラのドレス

ヘイスト

Heist

買い付け先は世界各国のデザイナー

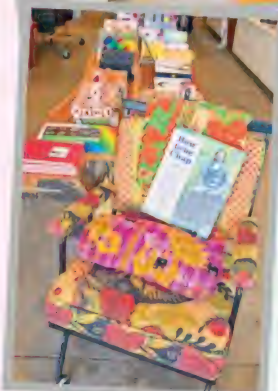
オーナー自身が着てみたい、と思うアイテムのみを世界各地から仕入れている。LAベースのデザイナー・ラクエル・アグレラやフランスのイザベル・マランほか多数のブランドを扱っている。ジュリア・ロバーツにも来店する。

MAP P.67 B-3 アボット・キーニー
1100 Abbot Kinney Blvd サンタモニカ・プレイスから車で10分 310-450-6531 11:00~19:00(日曜12:00~18:00) 無休 V.M.A www.shopheist.com

インテリアはシンプルだが 商品選びのセンスは◎



商品はオーナーが直感で選ぶそう



◎センスの良いインテリアグッズも扱う



◎サボテンの模様がユニーク、カジュアルなオットダムのシャツワンピース。\$325



普段使いできそうな
カジュアル系ファッション

ソルト

Salt

アーティスティックな街の老舗ショップ

入れ替わりが激しいアボット・キーニーで、長年にわたって人気を保ち続けるブティック。扱う商品はシックでシンプルなデザインだが、カットなどディテールにはこだわりが。またオーナーは、イッセイ・ミヤケとの出会いで、日本のファッションにも影響を受けたと話す。

MAP P.67 B-3 アボット・キーニー
1114 Abbot Kinney Blvd 西サンタモニカ・プレイスから車で10分
310-452-1154 11:00~18:00 (日・月曜12:00~17:00)
無休 金・V、M、A



◎ドイツ人デザイナー、アネット・ゴルツのバッグ。流行に左右されないデザインが魅力



◎大人カワイイデザインが特徴のマリパルミのワンピース。\$350

◎素材に定評があるイタリアの高級シャツメーカー、サルテベッテゴレのトップス。\$250



◎ラム皮の皮ジャン。ヘリは断ちばなしになっている。柔らかさと軽さが魅力



◎秋冬春に大活躍しそうなバックスキンのブーツ\$835。パンツスタイルはもちろんスカートとの相性◎

◎屋根に取り付けられたソーラーパネルが目印



花柄とチェック柄の
配分が絶妙のゆるかわワンピース



◎リラックスして着られる手作りのワンピース。素材はコットン50%、シルク50%



ボタニカルプリント
爽やか&スタイリッシュな

ポルカドッツ&ムーンビームス Polkadots & Moonbeams

スタイリストご用達ショップ

有名無名に関わらず、本当にセンスがいいと思うデザイナーのドレスや靴、ジュエリーだけを厳選して買い付ける、というのがオーナーのポリシー。トレンドの発信者、ファッションのプロたちが信頼を寄せるショップ。

MAP P.64 E-4 ミッド・ウィルシャー
8361 W. 3rd St 西ビバリーセンターから徒歩5分
323-655-3880 11:00~19:00 (日曜10:00~18:00) 無休
金・V、M、A www.polkadotsandmoonbeams.com

◎エヴァ・フランコの胸元がセクシーなドレス(ベルト付)。ベルトでハイマークすれば脚長効果も



◎TOMSの靴は\$42~。サンダル、パンプスなどデザインの種類も豊富で、どれも履きやすい



◎ラインが美しい、人気の水玉スリッパドレス。店名のポルカドッツは水玉模様の意味

◎店のあるミッド・ウィルシャーは、ロスでもっともホットなエリア

H・ロレンツォ H. Lorenzo

最旬を発信し続けるショップ

ロバートソンの北にあるユニークな外観のショップ。世界中のハイエンドで入手困難とされている限定ファッションも扱っている。確かなコレクションはスタイリストなど、LAのファッションニスタの間でも定評がある。

MAP P.35 ロバートソン
474 N. Robertson Blvd 西ビバリーセンターから徒歩13分
310-652-0064 10:30~19:00 (日曜12:00~18:00) 無休 金・V、M、A www.hlorenzo.com

LAのオーガニックな食卓をのぞき見!

人気のヘルシー マーケットへ!

自慢のプラム
を食べに
来てね!

LA近郊でとれた野菜やフルーツが並ぶファーマーズ・マーケット。地元の人に人気のスーパー。どちらもキーワードはオーガニック。口も大好きな「ヘルシー」を探しに行こう。

地元農家のフレッシュ
フードがいっぱい!

ファーマーズ・ マーケット

LA各地で開催されるファーマーズ・マーケット。ちょっと早起きしてフレッシュなフルーツを買って食べたり、おみやげを探したりしてみよう。

新鮮フルーツを
さくっと食べに行こう

- 1 アブリコットを売りに来ていた女の子1人から購入可。試食もできる
- 2 花を栽培する農家も出店
- 3 どのベリーも甘くておいしい
- 4 無添加、無着色の自家製ジャム
- 5 収穫したての果物が大量に売られている
- 6 オレンジは大きな袋で購入、担いで帰るのがLA流

水・土曜8:00~13:00

サンタモニカ・ ファーマーズ・マーケット

Santa Monica Farmers Market

優秀農家の農産物は有名シェフも納得の品質

カリフォルニアでも最大の規模を誇るマーケット。サード・ブロードワード界隈に近隣の農家が2ブロックにわたり出店する。サボテンやカラフルな色のピーマンなど、珍しい野菜もいっぱい。おみやげ向け商品も多数あり。

サンタモニカ MAP P.67 A-4 / P.36
 ① Arizona Ave (2nd Stと4th Stの間)
 ② サンタモニカ・プレイスから徒歩3分
 ③ www.smgov.net/portals/farmersmarket

ファームメイドの
おみやげも
チェック

とれたてオーガニック
のフルーツで作った加
工品や、ハンドメイドの
ソーブやホプリの店も



果実がふんだんに入ったジャム



袋いっぱいに入ったオーガニックポップ



新鮮なオレンジで農家が作った自家製ドライオレンジ

ランチに
おすすめの
店がいっぱい

毎日8:00~22:00

グランド・セントラル・ マーケット

Grand Central Market

LA庶民の食卓を支え続ける

ダウンタウンにある常設のファーマーズ・マーケット。1917年以来LAの庶民の台所を支えている。テイクアウトできる南米やアジア系レストランもある。

ダウンタウン MAP P.66 G-2
 ① 317 S. Broadway ② メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン)Pershing Square駅から徒歩5分 ③ 213-624-2378 ④ 無休
www.grandcentralmarket.com



細長い店内に食品店やレストランがぎっしり



少量でも買えるので新鮮なフルーツにトライしてみよう

月~金曜9:00~21:00
 土曜9:00~20:00
 日曜10:00~19:00

ファーマーズ・ マーケット

Farmers Market

常設のファーマーズ・マーケット



ファーマーズ・マーケットのシンボルの時計台

1934年開業のファーマーズ・マーケットの草分け。新鮮な野菜、果実はもちろん魚や肉、手作りケーキ・クッキーを売る店などが軒を連ねる。カフェやレストランもあるのでランチにも◎。

ミッド・ウィルシャー MAP P.64 E-4
 ① 6333 W. 3rd St ② 3rd St & Fairfax Ave.の交差点からすぐ ③ 323-933-9211 ④ 無休
www.farmersmarketla.com

①自社ブランドの「365」も人気 ②色鮮やかなオーガニックの野菜やフルーツ ③サラダの具材も豊富 ④中東料理などもあるので試してみたい

オーガニック商品はやっぱりココね

目移りしてしまうほど棚にぎっしりの商品に

ヘルシー志向のローカル御用達！

オーガニックスーパー

環境や健康への関心が高いLAでは、安全で安心な食物を求める人たちがいっぱい。だからオーガニック・スーパーはいまや大注目。

ホールフーズマーケット

Whole Foods Market

オーガニック・スーパーの代名詞というべき店

品質、品ぞろえともにピカイチ。生鮮食料品だけでなく、オーガニックのコスメやサプリメント、オリジナルブランドも充実している。デリも人気。

ペニス店

ペニスMAP P.67 B-3
店225 Lincoln Blvd 西サンタモニカ・プレイスから車で6分 ☎310-566-9480
🕒6:30~22:00 無休 📺V、M、A
URL www.wholefoodsmarket.com

ビバリーヒルズ店

ビバリーヒルズMAP P.65 C-1
店239 N. Crescent Dr 西ローデオから徒歩5分 ☎310-274-3360 🕒7:00~22:00 無休

ダウンタウンLA店

ダウンタウンLA店MAP P.66 F-3
店788 S Grand Ave 西メトロ・レッドライン(ブルー)7th St/Metro Center駅から徒歩5分 🕒7:00~22:00 無休

ランチはデリをテイクアウト

サラダや温かな総菜がずらりと並び、好きなものを好きなだけ、手軽に買えるデリは超便利。

ヘルシーみやげはここで決まり！

値段が手頃なヘルシーフードはおみやげにぴったり。めずらしいスナックも要チェック！

デリ利用のHow To

- ①デリは1パウンド(約450g)いくらという量り売り。テイクアウト用のボックスに、欲しい総菜を好きなだけ取る。
- ②総菜を入れ終わったら、ボックスをレジに持っていったお金を払えばOK。



1パウンドあたり\$8.99。写真のボックスは0.5パウンド分のサラダ



日本ではあまり見かけないビーツのチップス\$3.99



トマトとクリーム味のインスタントのパスタソース各\$1.59



ハウスブランド365のスパイスとハーブ各\$2.99



旬の果実を自然乾燥させたドライフルーツ\$4.99

トレーダー・ジョーズ

Trader Joe's

リーズナブルな価格がうれしい

ホールフーズと双壁の人気のオーガニック・スーパー。自社で開発したハウスブランドの食品やコスメも種類豊富。品質が良いわりに、手頃な価格の商品が多いのも魅力。



シリアルだけでもこの種類の多さ！



グラインダーに入ったレモンペッパー(右)とガーリックソルト(左)各\$1.99

マシュマロをチョコでコーティング。ボックスもキュート。\$2.99

ドクロの絵が辛さを表す？スパイスソーサー\$1.99

ウエスト・ハリウッド店

ウエスト・ハリウッドMAP P.64 E-2
店8000 West Sunset Blvd 西サンセテ・プラザから車で4分 ☎323-822-7663
🕒9:00~22:00 無休

ビバリーヒルズ店

ビバリーヒルズMAP P.65 D-4
店8500 Burton Way 西バリーセンターから徒歩5分 ☎310-248-2984
🕒9:00~21:00 無休

サンタモニカ店

サンタモニカMAP P.67 D-2
店11755 W. Olympic Blvd 西サンタモニカ・プレイスから車で8分 ☎310-477-5949
🕒8:00~21:00 無休 📺V、M、A URL www.traderjoes.com



エレウォン

人気急上昇中のスーパー

ビバリー・プールバードにオープンしたところから、オーガニックのスーパーマーケットとして評判だった店。今ではLA各地に出店している。厳選された食材やドリンクなどが豊富に並ぶ。

サンタモニカ店

サンタモニカMAP P.67 C-1
店2800 Wilshire Blvd 西サンタモニカ・プレイスから車で7分 ☎424-433-8111 🕒7:00~23:00 無休
📺V、M、A URL www.erewhonmarket.com/



ヘルシーなバナナとクールのスナック\$7



アイスクリームのフリーズドライ。サクサクの食感が味はアイスクリーム\$8.29

サワークリーム&オニオンフレーバーのケールのチップス\$7.49



見つけたら
即買い!

LA 雑貨 セレクション

アメリカン雑貨は、おしゃれなデザインでありながら、実用性や機能性もあって、おもわず買いたくなっちゃう物ばかり。自分用やおみやげ用に喜んでもらえるポップでかわいい雑貨をチェック!

女子力アップのお手伝い

ステーショナリー

華やかでかわいい色使いのステーショナリーは、日常を楽しむアイテム。センスが光る品を手に入れば、できる女子に見えること間違いなし。

お買い物リストのメモパッド。冷蔵庫に貼れるマグネットつき
\$10.95 B

ポップなデザインが
おしゃれ

マーカー、色鉛筆、鉛筆削りとノートのセット
バッグがキュート \$18 C

なりた自分になるための目標と夢をノートにリストアップ
\$16.95 B

幾何学模様の付箋で合計60枚。色違いもあり
\$8 C

フルーツの描かれたポストカード、インテリアとして飾っても。
\$10 C

女子好みのカードやノートを取り揃えたアーバン・ベーパー・ブティック A

見ているだけで
時間が経つのを忘れちゃう

昔のTVで見たような美女たちがほほ笑むレトロな付箋
各 \$4.30 B

バラマキ
みやげに
GOOD!

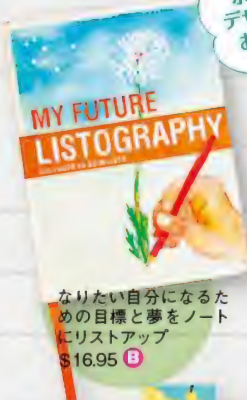
パスポートやカード、お札などが入れられるオーガナイザー
\$36 C

ポップなデザインがおしゃれな、デイリープランナー
各 \$15.50 A

1枚で便箋と封筒の役目をする折り紙レターセット赤いドットのシール付き
\$12 C

お料理が楽しくなるレシピカード \$12.95とレシピケース \$17.95 A

1本のスチールをループ状にしたレターラック。色は4色。各 \$20 C



A アーバンニック・ペーパー・ブティック

Urbanic Paper Boutique

お店のディスプレイもキュート

型押しや手書きのカード、デザイン重視の紙製品など選び抜かれた品揃え。気の利いたおみやげ探しにもぴったりのお店。

アボット・キーニー MAP P.67 B-3
1644 Abbot Kinney Blvd ④サンタモニカ・プリースから車で12分
310-401-0427 10:00~19:00 (日曜は~18:00) ④無休
④V、M、A ④www.urbanicpaper.com

B ペーパー・ソース

Paper Source

美しいラッピンググッズがいっぱい

和紙に出会ったオーナーが1983年シカゴに紙の専門店を開いたのが始まり。特にラッピングペーパーは手作りの良質なものが多数。

サンタモニカ MAP P.67 A-5 / P.36
309 Wilshire Blvd ④サンタモニカ・プリースから徒歩9分
310-255-7988 10:00~19:00 (木~土曜は~20:00) ④無休
④V、M、A ④www.paper-source.com

C ポケット

Poketo

アーティスティックな小物が充実

おしゃれな小物やインテリアグッズが評判のポケット。バラエティに富む、美しい色使いのステーションナリーがずらりと並ぶ。

ダウンタウン MAP P.62 F-3
777 S. Alameda St (ROW DTLA) ④メトロ・バス60・62・760番で7th&Alameda下車徒歩5分 213-372-5686
11:00~17:00 ④無休 ④V、M、A ④www.poketo.com/

D シティ・ターゲット

City Target

お手頃価格のオモシロ雑貨

カラフルで遊び心がある雑貨や、キッズ向けのグッズが豊富で人気のお店。どれもお手頃価格で手に入るのもうれしい。

ダウンタウン MAP P.66 F-2
735 S. Figueroa St ④メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン)/ブルーライン(Aライン)/エクスボライン(Eライン)7th St/Metro Center駅から徒歩5分 213-330-4543 7:00~24:00(土曜は8:00~) ④無休 ④V、M、A ④www.target.com

E スー・ラ・ターブル

Sur La Table

実用的でキュートなキッチン用品

その数、3万アイテムというキッチンウエアを扱う。シンプルなものから、色使いやデザインもおしゃれなものが多く、欲しいものはたいてい見つかる。

技アリ!楽しくクッキング

キッチン用品

遊び心があって、しかも実用的なのがアメリカのキッチン用品。使ってみればその便利さに大満足。これで料理の腕もアップするかも!?

エプロンは魅力女子への近道

料理好きにはたまらない品揃えのスー・ラ・ターブル E

種類も色も豊富だと選ぶ楽しみも倍増

バラマキ600やDに!

ケチャップやディップソースを入れるのに丁度良い大きさのディップボウル 3個セット 各\$1.99 D

切り口が変色しないレタス専用の包丁。サラダ作りに最適 \$2.99 D

お菓子を包んだり、ラッピングにも使えるペーパーナプキン \$2.29(上)、\$2.79(下) D

形はシンプルだけど華やかな印象。エプロンは \$35~ E

かわいい目玉焼きで朝から楽しく

洗い物も楽しくなりそうなグローブ \$15.95 E

目玉の部分に黄身を落とすだけでカワイイ目玉焼きができるエッグモールド \$10 E

キッチンの飾りにもなるソフトクリーム型のキッチンタイマー \$9.95 E

真ん中から手を入れて使える、コンパクトで可愛い鍋つかみ \$9.95 E

野菜やフルーツの皮むきに便利なピーラー 3個セット \$15 E

グスポット

欲しいコスメが必ず見つかる

セフォラ

Sephora



言わずと知れたコスメのデパート。地元コスメからブランド、ドクターズコスメまで幅広い商品が一堂に会する。日本未上陸品も多く扱っているのが探すのも楽しい。

ビバリーセンター店

MAP P.65 D-4 ビバリーヒルズ
8500 Beverly Blvd La Cienega Blvd & Beverly Blvdの交差点 310-657-9670 10:00~21:00
(土曜~20:00、日曜11:00~18:00) 無休
S.V. M. A 1111www.sephora.com

ハリウッド&ハイランド店

MAP P.66 E-4 / P.33 ハリウッド
6801 Hollywood Blvd 401ロレボライン(Bライン)
Hollywood/Highland駅から徒歩3分 323-462-6898
10:00~21:00 (日曜~20:00) 無休

サンタモニカ店

MAP P.67 A-5 / P.36 サンタモニカ
1244 Third St サンタモニカ・プレイスから徒歩8分
310-395-3460 10:00~22:00 (日曜~21:00)
無休

LAベースの注目のコスメメーカー Hourglass アサーグラス

カリフォルニアのベニス・ビーチ生まれのメーカー。肌の負担となるパラベンやグルテンを使わない肌に優しい化粧品。

保湿成分を配合。オペク・ルージュ・リキッドリップスティック\$28



安全安心ナチュラル 志向の女子に人気 Fresh フレッシュ

シュガーやはちみつ、大豆などナチュラル素材を使って作った、アメリカでも人気のコスメブランド。幅広いラインナップ。

透明感ある色づき
が特徴。シュガー・ローズ・リップトリートメント\$24



ビブラント&ラ
イブリークリーム
アイシャドウ\$18

プロユースから始まったコスメ Smashbox スマッシュボックス

マックスファクター創業者の孫たちが立ち上げたメーカー。プロが納得する発色のキレイさと確かな品質が魅力。

ベースシャドウ、コントロールカラー、ハイライトをパッケージ。アイシャドウトリオ\$22



オートミールの 石けん

アーモンドとオートミールの石けん。ピーリング効果もある。\$2.99



コナッツボディ バター

コナッツ・オイル、シアバター、ビタミンE入り\$5.49



365マキシマム・ モイスター・ ボディローション

ホールフーズ・オリジナルブランド365のボディローション\$3.45

幅広いオーガニック製品の品揃えを誇る

ホールフーズ・マーケット

Whole Foods Market

オリジナルの365シリーズをはじめとして、様々なブランドのバスコスメが揃う。ローカルブランドの販売にも力を入れており、LAや近郊のメーカーの製品も充実している。



→詳細はP.51

品質が良くてお手頃価格の
バスコスメならここ!

トレーダー・ジョーズ

Trader Joe's



→詳細はP.51

カリフォルニア生まれのオーガニックスーパー。オリジナルブランドの製品も多く、リーズナブルかつコストパフォーマンスに優れたラインナップが地元の人に大人気。



トレーダー・ジョーズの オリジナルローション

なめらかなテクスチャーのハンド&ボディローション\$4.99



バスボム

心地よい香りでお肌もすべすべになるオリジナルのバスボム各\$2.99



オーラ・カシアの バスソルト

アロマセラピー効果のあるミネラルバスソルト各\$3.39

リーズナブルなものも魅力

マストGO!な ショッピング



\$14.99
A

\$9.99
アイテムはこれ!

ストロー素材のバッグは春先から夏にかけて活躍

\$9.99
B

\$24.99
C

\$25.99
D

ブランド品がお買い得価格に マーシャルズ

Marshalls



ビバリーヒルズ MAP P.65 D-4
 8480 Beverly Blvd 西ビバリーセンターから徒歩すぐ
 ☎323-951-1942 ☎9:30~21:30 (金・土曜~22:00、日曜10:00~20:00) ☎無休 ☎V、M、A

地元の女子にも人気のストア。ブランド物のシーズン落ちやアウトレット品が割引価格で買える。コーチやケイト・スペードなど高級ブランド品が並ぶことも。



\$12.98
A

ボーイフレンドデニムで大人カワイイコーデ

\$19.99
B

C

\$29.32

Total \$62.29

A コットンのタンクトップ、白のみは\$4.99、ブルーのみは\$7.99 B ボーイフレンドデニム、裾をくると巻いて足首をほっそりとC アクセント小物の革製の白い小さなポシェット

チョイ足しアイテムはこれ!

\$14.97

光沢あるピンク色が鮮やかなロングストール

数多い商品からお気に入りゲット TJマックス

TJ Maxx



ビバリーヒルズ MAP P.65 D-4
 8487 W. 3rd St 西ビバリーセンターから徒歩すぐ
 ☎323-944-0326 ☎9:30~21:30 (日曜10:00~20:00) ☎無休 ☎V、M、A

広い店内には、ハンガーにかかった商品がずらりと並ぶ。有名アメリカンデザイナーの服や、ブランドの靴・バッグもあり30%~60%オフで手に入る。

有名ブランドも
格安でGet!!

オフプライスストア

Off-price store

デザイナーズブランドのワンピースやシューズ、バッグが大幅割引で手に入る。山のような商品の中からお宝を探し出して!



Total \$63.67

\$36.97
A

A ブルーが鮮やかなストレッチ素材のワンピース、タックがボディラインを引き立てる B 肌をきれいにさせるゴールドの革のサンダル

クールビューティ系
モテワンビコーデ

チョイ足しアイテムはこれ!

\$32.20

ちょっぴりゴージャス、スパンコールのパーティー用バッグ

\$26.70
B

クオリティの確かな物ばかり ノードストローム・ラック

NORDSTROM rack



ビバリーヒルズ MAP P.65 D-4
 100 N. La Cienega Blvd 西ビバリーセンターから徒歩すぐ
 ☎323-602-0282 ☎10:00~21:30 (日曜11:00~20:00) ☎木曜 ☎V、M、A ☎www.nordstromrack.com

高級デパートのノードストロームのアウトレット。カジュアル系からドレス系まで広いラインナップ。シューズは高級ブランドがかなり安めに購入できる。

Los Angeles

ホテルセレクション

買い物も観光もひとり占め！

広大なエリアにいろいろな見どころが点在するロサンゼルス。ホテル選びは、行きたいところ、やりたいことでチョイスするのがコツ！ホテルライフも充実すれば、ぐくんと素敵な旅の思い出ができる。

ミレニアム・ビルトモア・ロサンゼルス

Millennium Biltmore Hotel Los Angeles

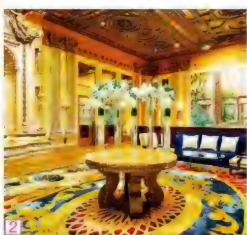
MAP P.66 F-2 ダウンタウン

ダウンタウンの主要な観光名所に車で数分、または徒歩で行くことができる。ハリウッドなど、ほかのエリアの観光地にアクセス可能なメトロの駅にも近く利便性が高い。館内のラグジュアリーな雰囲気は非日常感満点。

506 S. Grand Ave
 ①メトロ・レッドライン(Bライン) / パープルライン(Dライン) Pershing Square駅から徒歩すぐ
 ☎213-624-1011 ②683室
 ③ウェブで確認 ④V、M、A ⑤www.millenniumhotels.com/usa/millenniumbiltmorelosangeles



- ①ゆったりと、くつろげるゲストルーム
- ②ホワイトハウスやバチカンも手がけた、イタリア人画家ジョバンニ・スマラルディが描いたロビーの天井は圧巻。一見の価値がある
- ③1923年創業の歴史を感じさせる



世界の要人たちが宿泊する格調高い
 ダウンタウンの老舗ホテル



インターコンチネンタル・ロサンゼルス・センチュリー・シティ

InterContinental Los Angeles Century City

MAP P.65 B-5 センチュリー・シティ

ビバリーヒルズに隣接する、センチュリー・シティの中心に位置する高級感あふれるホテル。至近距離には、トリー パーチやコーチ、高級スーパーのゲルソンズ、レストランなどを擁する地元で人気のモール、ウエストフィールド・センチュリー・シティもある。

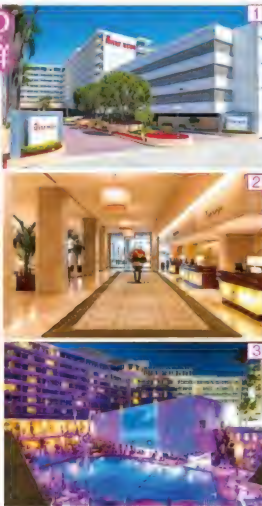


2151 Ave of the Stars
 ①トゥー・ロデオから車で6分
 ☎310-327-0200 ②363室
 ③Q \$269～ ④V、M、A ⑤www.intercontinentallosangeles.com

- ①ゲストルームは落ち着いたトーンと上質のインテリアで快適な空間を作り出している
- ②小さな三角の屋根が目印。隣にはFOXスタジオが
- ③アベニュー・オブ・ザ・スターズの通りに面している
- ④スバは地元でも人気



ロデオ・ドライブやサンタモニカへのアクセスが抜群



ザ・ビバリー・ヒルトン

The Beverly Hilton

MAP P.65 B-4 ビバリーヒルズ

ゴールドエンローブ賞の授賞式会場としても知られる、ビバリーヒルズに位置する高級ホテル。シックな内装の客室からは美しいシティビューも望め、ラグジュアリーな滞在が楽しめる。主要観光スポットへのアクセスも良い。

9876 Wilshire Blvd ①トゥー・ロデオから車で3分
 ☎310-274-7777 ②566室 ③\$250～
 ④V、M、A ⑤https://hiltonhotels.jp/hotel/beverly-hills/the-beverly-hilton

- ①ウィルシャー・ブルバードとサンタモニカ・ブルバードの間に建つ
- ②清潔感ある機能的なロビー
- ③美しくライトアップされるプール
- ④リラクセスできる落ち着いたトーンのゲストルーム



ラックス・ロデオ・ドライブ



Luxe Rodeo Drive Hotel

MAP P.65 B-2 / P.34 ビバリーヒルズ

ブランドショップ街を散策できる

高級ショッピング街のロデオ・ドライブ沿いに位置する優雅なブティックホテル。客室は、モダンヨーロピアン調のエレガントな雰囲気。1階には高級ブティックも入っている。

〒360 N. Rodeo Dr 西トウー・ロデオから徒歩2分 ☎310-273-0300 ☎866-589-3411
 88室 国Q/K \$269~ 24V、M、A、J 国www.luxehotels.com

オーランド

The Orlando Hotel

MAP P.64 E-4 ミッド・ウィルシャー

立地の良さとサービスが自慢

ビバリーセンターから徒歩圏内にあるホテル。滞在中は、屋外にある海水プールやフルサービスのスパも利用できる。周辺には人気のおしゃれカフェやデリも多い。



〒8384 W. 3rd St 西ビバリー・センターから徒歩5分 ☎323-658-6600
 95室 国K \$239~ 24V、M、A、J 国www.theorlando.com

カーメル・バイ・ザ・シー



Hotel Camel by the Sea

MAP P.67 B-5 / P.36 サンタモニカ

ショッピングを楽しみたいならここ

サンタモニカの中心地に位置し、サード・ストリート・ブロードウェイやサンタモニカ・プレイスまで数分。客室もレトロな雰囲気と趣がある。スタッフたちもフレンドリー。

〒201 Broadway 西サンタモニカ・プレイスから徒歩2分 ☎310-451-2469
 90室 国Q \$188~ 24V、M、A 国www.hotelcamel.com

フォーポイント・バイ・シェラトン・アナハイム



Four Points by Sheraton Anaheim

MAP P.62 H-5 アナハイム

徒歩でディズニーリゾートに行ける

部屋は広めで心地よく、スタッフも親切なので快適な滞在ができる。NBLエンゼルスホームグラウンドにも近く、アナハイムの観光には便利な立地にある。

〒1221 S. Harbor Blvd 西ディズニーランド・リゾート正面ゲートから徒歩12分
 ☎714-758-0900 ☎246室 国\$92~ 24V、M、A 国www.marriott.co.jp/hotels/travel/snafp-four-points-anaheim/

Hotel アドバイス Part 1

■料金は部屋単位が基本

通常1部屋いくらかというルームチャージで、各部屋の定員まで宿泊できるかわり、1人で泊まっても料金は同じ。また2人定員の部屋でも、ベッドが2つあるとは限らない。なお、料金は季節や曜日で異なる。

■ホテルの部屋タイプ(本書では次のように表示します)

- S...シングルもしくはダブルサイズのベッドが1つ(1人用)
- Q/T...クイーンサイズが1つもしくはシングルサイズのベッドが2つ(2人用)
- K...キングサイズのベッドが1つ(1~2人用)
- D+D...ダブルサイズもしくはクイーンサイズのベッドが2つ(2人用)
- SU...スイートルーム(ベッドとリビングルームが分かれている部屋)

■Hotel アドバイス Part 2 →P.95

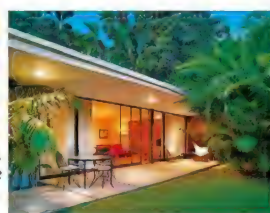
シャトー・マーモント

Chateau Marmont

MAP P.64 E-2 ウェスト・ハリウッド

映画のセットさながらのホテル

フランス・ロワール地方の城を模したブティックホテルで、サンセット・プールバードを見下ろすセレブの常宿。客室から見えるガーデンには屋外温水プールもある。



〒8221 Sunset Blvd 西サンセット・ストリップのサンセット・プラザから車で4分 ☎323-656-1010
 63室 国Q \$450~ 24V、M、A 国www.chateaumarmont.com

クレセント

The Crescent Hotel

MAP P.65 B-1 / P.34 ビバリーヒルズ

ホスピタリティあふれるホテル

以前映画スターたちが住んでいたアパートを改装したブティックホテル。客室は落ち着いたモダンなインテリア。ビバリーヒルズの中心地まで徒歩10分以内で、ホールフーズも近い。



〒403 N. Crescent Dr 西トウー・ロデオから徒歩7分 ☎310-247-0505 ☎35室
 国Q \$308~ 24V、M、A、J 国www.crescentbh.com

ロウズ・サンタモニカ・ビーチ



Loews Santa Monica Beach Hotel

MAP P.67 C-5 サンタモニカ

美しいオーシャンビューが自慢

サンタモニカ・ビーチに面したリゾートホテル。大きなパティオがついた部屋からは、ビーチが一望できる。オーガニックを使ったスパトリートメントも人気。

〒1700 Ocean Ave 西サンタモニカ・プレイスから徒歩7分 ☎310-458-6700
 347室 国K/D+D \$316~ 24V、M、A 国www.loewshotels.com

オー

O Hotel

MAP P.66 F-3 ダウンタウン

スタイリッシュなブティックホテル

ハリウッドやユニバーサルスタジオへのアクセスに便利で、コンチネンタルの朝食が付いている。館内にレストラン、フィットネスルームやスパも完備している。



〒819 S. Flower St 西メトロ・レッドライン(Bライン)/パープルライン(Dライン)/ブルーライン(Aライン)/エクスプレスライン(Eライン)7th St/Metro Center駅から徒歩3分 ☎213-623-9904 ☎67室
 国D+D \$179~ 24V、M、A 国www.ohotelgroup.com

モンドリアン・ロサンゼルス

Mondrian Los Angeles

MAP P.65 D-2 ウェスト・ハリウッド

ハイセンスでムードイ

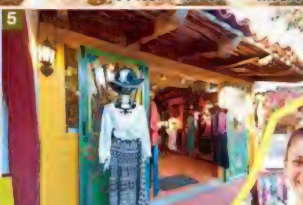
サンセット・ストリップ上にあるホテル。大きな窓から街を一望できる客室は、白を基調にし、まるでショールームのよう。人気のスカイバーやプールでセレブな気分が味わえる。



〒8440 W. Sunset Blvd 西サンセット・ストリップのサンセット・プラザから車で3分 ☎323-650-8999
 237室 国SU \$369~ 24V、M、A 国www.mondrianhotel.com



1 カリフォルニア最初のミッション
2 メキシコ風にアレンジされたシーザ
ーサラダ 3 サンディエゴ動物園に
はこんなかわいいミニアキアットも
4 緑豊かなバルボアパークを散歩す
る地元の人たち 5 オールドタウンの
ショッピングモール 6 ガスランプク
ォーターを走るオールドタウントロリー



LAからの1Dayトリップ

エキゾチックタウン

サンディエゴ

San Diego

南北に長く広大な面積を誇るカリフォルニアだが、最初に産声を上げたのはここサンディエゴ。西海岸で最も古い歴史があり情緒あふれるこの街の、さまざまなステキを見つけてみよう。

美しいミッションにも足をのびてみて



オールドタウンを
会いましょ

サンディエゴって
こんな街

サンディエゴはメキシコと国境を接するカリフォルニア州最南端の街。西側には約110kmにも及ぶ風光明媚な海岸線が続き、ラホヤやミッションビーチ、デルマールと美しいビーチシティが点在する。街にはさまざまな歴史スポットがあり、メキシコ風のエキゾチックな雰囲気も漂っており、その魅力は西海岸のほかの都市にも、ひけを取らない。ビーチも歴史も個性豊かな街並みも、まるごと楽しみに繰りだそう。

街めぐりはこれが便利!

オールドタウン・トロリーツアーズ

Old Town Trolley Tours
旅行者に利用価値大の市内周遊バス。市内の主要観光スポットを網羅しているので、効率的に回ることができる。もちろん1日乗り降りも自由。

運行時間 9:00~18:00 (冬季~17:00、夏季~19:00)
乗車時間 20分、1周2時間 無休
料 1日券\$42 (チケットはA、C、D、F、G、Jの停留所のバスで購入可) 電話 www.trolleytours.com

※オールドタウン・トロリーツアーズとは別に公共交通のサンディエゴトロリーもあり、ブルー、グリーン、オレンジの3路線が、市内中心部を走り郊外へと延びている。

サンディエゴへのACCESS

車でロサンゼルスから
ロサンゼルス・ダウンタウンから5号 Santa Ana Fwy を南下、サンディエゴのダウンタウンへはFront Stの出口を降りる。所要時間約2時間。

アムトラックで
ロサンゼルスから
ロサンゼルス・ダウンタウンのユニオン・ステーション発サンディエゴ着のバシフィック・サーフライナーが毎日10本程度運行。所要時間は約3時間、片道\$35.65。

飛行機で
ロサンゼルス国際空港からサンディエゴ国際空港までは、国内線が毎日14~17便程度を運行している。所要時間は約55分。

オールドタウン・トロリー停車 SPOT

- A Old Town Market
- B Maritime Museum/Star of India
- C Embarcadero Marina
- D Seaport Village
- E Marriott Marquis & Marina
- F Horton Plaza Park
- G Gaslamp Quarter
- H East Convention Center-Petco
- I Park & Hilton Bayfront
- J Barrio Logan
- K Hotel Del Coronado
- L Balboa Park
- M Little Italy



オールドタウンの案内図もメキシコ風

1 **サンディエゴ・ミッション**

遊びに来ていた地元の学生
広大な公園に数多くの施設が。塔のある建物はサンディエゴ人類博物館

MAP P.58

421 West B St ④ガスランプ・クォーター中心部から車で6分
⑥619-398-3100 ②58室 ⑤\$121〜 ⑦V、M、A ⑧www.marriott.co.jp/hotels/travel/sanya-hotel-republic-san-diego-autograph-collection/

2 **バルボアパーク**

園内にはサンディエゴ動物園、博物館、美術館、劇場が集まる。スペインコロニアル調の建築物は1915〜16年に建てられたもの。

MAP P.58

1549 El Prado ④オールドタウン・トリッツアーズのBalboa Park下車
⑥619-239-0512 ⑧www.balboapark.org

3 **ガスランプ・クォーター**

19世紀に最も栄えたエリア。現在はビクトリア調の建物を生かした再開発が進み。レストランやバーが軒を連ねる。

MAP P.58

4th〜5th Aveの間、北はBroadwayから南はHarbor Drに囲まれたエリア ④オールドタウン・トリッツアーズのGaslamp Quarter下車、トリッツアーズラインGaslamp Quarter駅下車
⑧www.gaslamp.org

4 **サンディエゴ・ミッション**

教会内のギフトショップ

1931年に1813年当時の建物を再現建築された

5 **サンディエゴ・ミッション**

ミッション Basilica San Diego de Alcalá

オールド・タウンにあった教会を移築。青空に映える美しい姿は有名。内部の厳かなチャペルやパティオ、中庭も必見。

MAP P.58

10818 San Diego Mission Rd ④トリッツアーズラインのMission San Diego駅下車徒歩12分
⑥619-281-8449 ⑧9:00〜16:30 ⑨無休 ⑤\$ ⑧www.missionsandiego.org

リパブリック・サンディエゴ・オートグラフ・コレクション

Hotel Republic San Diego Autograph Collection

MAP P.58

421 West B St ④ガスランプ・クォーター中心部から車で6分
⑥619-398-3100 ②58室 ⑤\$121〜 ⑦V、M、A ⑧www.marriott.co.jp/hotels/travel/sanya-hotel-republic-san-diego-autograph-collection/

ウェスティン サンディエゴ ガスランプ・クォーター

The Westin San Diego Gaslamp Quarter

MAP P.58

910 Broadway Circle ④ガスランプ・クォーター中心部から徒歩9分
⑥619-239-2200 ②450室 ⑤\$244〜 ⑦V、M、A、J ⑧www.westingaslamp.com

1 **シーワールド** SeaWorld

海のテーマパークで特別な体験も

ショーや巨大水槽で泳ぐ魚たちを見ることはもちろん。水族館のバックヤードツアーや、イルカの餌付け体験など家族で楽しめる。

MAP P.58

500 SeaWorld Dr ④ガスランプ・クォーター中心部から車で16分
⑥619-222-4732 ②11:00〜18:00(曜日、季節により変更あり)
③無休 ④\$93.99〜 ⑦V、M、A ⑧www.seaworldsaniego.com

3 **ガスランプ・クォーター**

夜も賑やかな繁華街

MAP P.58

4th〜5th Aveの間、北はBroadwayから南はHarbor Drに囲まれたエリア ④オールドタウン・トリッツアーズのGaslamp Quarter下車、トリッツアーズラインGaslamp Quarter駅下車
⑧www.gaslamp.org

5 **カーサ・デ・レイズ レストラン**

本格派の料理を賞味

Casa de Reyes Restaurant

MAP P.58

2754 Calhoun St ④オールドタウン・トリッツアーズのOld Town Market下車徒歩5分
⑥619-220-5040 ②10:00〜21:00(金・土曜〜22:00、日曜9:00〜) ③無休 ④\$11〜 ⑦V、M、A

ウエストゲートホテル The Westgate Hotel

ホートンプラザやガスランプ・クォーターまでの利便性が魅力。ヨーロッパのホテルを思わせるロビーの内装は息を飲む美しさだ。

MAP P.58

1055 2nd Ave ④ガスランプ・クォーター中心部から徒歩11分
⑥619-238-1818 ②23室 ⑤\$329〜 ⑦V、M、A ⑧www.westgatehotel.com



5 **サンディエゴ 観光 スポット** Best

テーマパークから市民の公園、歴史的な場所、夜遊びができる場所まで、見どころが充実しているサンディエゴで必ず押さえるべき、観光スポット・ベスト5を厳選!

4 **サンディエゴ 発祥の地 オールド・タウン** Old Town

1769年入植のスペイン人が最初の教会を建てた場所。また1821年にスペインから独立したメキシコ人らの集落もあった。

MAP P.58

San Diego Ave at Twigg's St ④オールドタウン・トリッツアーズのOld Town Market下車すぐ
⑧www.oldtownsandiegoguide.com

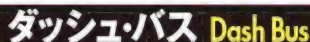
サンディエゴの 快適ホテル

ショッピングに食事に、観光地へのアクセスもと、欲張りな要求に応える3つのホテルをご紹介します!

MAP P.58

1055 2nd Ave ④ガスランプ・クォーター中心部から徒歩11分
⑥619-238-1818 ②23室 ⑤\$329〜 ⑦V、M、A ⑧www.westgatehotel.com

観光スポットが広域に散らばっているLAでは、レンタカーの利用が便利だが、最近はメトロレールが整備され、車なしで行ける範囲も急速に広がっている。LA全域を網羅するメトロバスは路線が多く複雑なので、事前にルートをチェックして。



平日と週末で運行が異なるので注意しよう

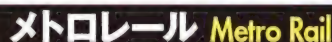
URL www.ladottransit.com

メトロバス Metro Bus

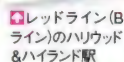
URL www.metro.net



➡真っ赤な車体がメトロラピッドの目印



URL www.metro.net



Tapカード Tap Card

メトロ1日券 Metro Day Pass

↑サンタモニカ周辺を
回るときに便利

URL www.bigbluebus.com

タクシー Taxi

❖ ドアは自動ではないので自分で開け閉めを



ロサンゼルス主要エリア間 アクセス早見表

M メトロレール MR メトロ・ラビッド MB メトロバス BPP ビッグ・ブルーバス

From	To	Santa Monica	Beverly Hills	Hollywood	Melrose	The Grove	Downtown	Pasadena
Santa Monica			Wilshire BlvdからM#720に乗り、Wilshire Blvd & Rodeo Drなどで下車。またはSanta Monica BlvdからM#704に乗り、Santa Monica Blvd & Crescent Drで下車	Santa Monica BlvdからM#704に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica BlvdでM#780かM#217に乗り換え。Hollywood Blvd & Highland Aveで下車	5th StからM#720に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax AveでM#780かM#217に乗り換え。Melrose Ave & Fairfax Aveで下車	5th StからM#720に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax AveでM#780かM#217に乗り換え。Fairfax Ave & 3rd Stで下車	サンタモニカ駅からM#720に乗り、7th St/Metro Ctr駅で下車。またはM#720、M#704、M#733、M#10を利用	Santa Monica BlvdからM#704、M#733、M#10に乗り、Union駅でM#704に乗り換え。Memorial Park駅で下車
Beverly Hills		Wilshire Blvd & Rodeo DrなどからM#720に乗り、Santa Monica Blvd & 4th Stなどで下車。またはSanta Monica BlvdからM#704を利用		Santa Monica BlvdからM#704かM#4に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica BlvdでM#780かM#217に乗り換え。Hollywood Blvd & Highland Aveで下車	Wilshire Blvd & Rodeo DrなどからM#720に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax AveでM#780かM#217に乗り換え。Melrose Ave & Fairfax Aveで下車	Santa Monica Blvd & Camden DrなどからM#16に乗り、Fairfax Ave & 3rd Stで下車	Wilshire Blvd & Rodeo DrなどからM#720を利用。6th St & Hope Stなどで下車	Santa Monica BlvdからM#704に乗り、Union駅でM#704に乗り換え。Memorial Park駅で下車
Hollywood		Hollywood Blvd & Highland AveからM#780かM#217に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica BlvdでM#704かM#4に乗り換え。Broadway & 4th Stなどで下車	Hollywood Blvd & Highland AveからM#780かM#217に乗り、Fairfax Ave & Santa Monica BlvdでM#704かM#4に乗り換え。Santa Monica Blvd & Camden Drなどで下車		Hollywood Blvd & Highland AveからM#780かM#217に乗り、Melrose Ave & Fairfax Aveで下車	Hollywood Blvd & Highland AveからM#780かM#217に乗り、Fairfax Ave & 3rd Stで下車	Hollywood/Highland駅からM#780に乗り、6th St & Hope Stなどで下車	Hollywood Blvd & Highland AveからM#780に乗り、Colorado Blvd & Fair Oaks Aveで下車(平日)。またはM#780に乗り、Hollywood Blvd & Argyle AveでM#180かM#181に乗り換え
Melrose		Melrose Ave & Fairfax AveからM#780かM#217に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax AveでM#720に乗り換え。Santa Monica Blvd & 4th Stなどで下車	Melrose Ave & Fairfax AveからM#780かM#217に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax AveでM#720に乗り換え。Wilshire Blvd & Rodeo Drなどで下車	Melrose Ave & Fairfax AveからM#780かM#217に乗り、Hollywood Blvd & Highland Aveで下車		徒歩約20分。またはMelrose Ave & Fairfax AveからM#780かM#217、M#218に乗り、Fairfax Ave & 3rd Stで下車	Melrose AveからM#10に乗り、Hill St & 5th Stなどで下車	Melrose Ave & Fairfax AveからM#780に乗り、Colorado Blvd & Fair Oaks Aveで下車(平日)。またはM#217に乗り、Hollywood Blvd & Argyle AveでM#180かM#181に乗り換え
The Grove		Fairfax Ave & 3rd StからM#780かM#217に乗り、Wilshire Blvd & Fairfax AveでM#720に乗り換え。Santa Monica Blvd & 4th Stなどで下車	3rd StからM#16に乗り、Santa Monica Blvd & Canon Drなどで下車	Fairfax Ave & 3rd StからM#780かM#217に乗り、Hollywood Blvd & Highland Aveで下車	徒歩約20分。またはFairfax Ave & 3rd StからM#780かM#217、M#218に乗り、Melrose Ave & Fairfax Aveで下車		3rd StからM#16に乗り、6th St & Hope Stなどで下車	Fairfax Ave & 3rd StからM#780に乗り、Colorado Blvd & Fair Oaks Aveで下車(平日)。またはM#217に乗り、Hollywood Blvd & Argyle AveでM#180かM#181に乗り換え
Downtown		7th St/Metro Ctr駅からM#720に乗り、サンタモニカ駅で下車。またはM#720、M#704、M#733、M#10を利用	5th St & Grand AveなどからM#720に乗り、Wilshire Blvd & Rodeo Drなどで下車	Union駅からM#780に乗り、Hollywood Blvd & Highland Aveで下車	Hill St & 5th StなどからM#10に乗り、Melrose Ave & Fairfax Aveなどで下車	5th St & Grand AveなどからM#16に乗り、Fairfax Ave & 3rd Stで下車		Union駅からM#704に乗り、Memorial Park駅で下車
Pasadena		Memorial Park駅からM#704、M#733、M#10に乗り換え。Santa Monica Blvdなどで下車	Memorial Park駅からM#704に乗り、Union駅でM#704に乗り換え。Santa Monica Blvd & Canon Drなどで下車	Colorado Blvd & Fair Oaks AveからM#780に乗り、Hollywood Blvd & Highland Aveで下車(平日)。またはMemorial Park駅からM#704に乗り、Union駅でM#704に乗り換え	Colorado Blvd & Fair Oaks AveからM#780に乗り、Melrose Ave & Fairfax Aveで下車(平日)。またはM#180かM#181に乗り、Hollywood Blvd & Argyle AveでM#217に乗り換え	Colorado Blvd & Fair Oaks AveからM#780に乗り、Fairfax Ave & 3rd Stで下車(平日)。またはM#180かM#181に乗り、Hollywood Blvd & Vine StでM#217に乗り換え	Memorial Park駅からM#704に乗り、Union駅でM#704に乗り換え。Santa Monica Blvd & Canon Drなどで下車	Union駅からM#704に乗り、Memorial Park駅で下車

※上記は旅行者にわかりやすいと思われるルートですので、時間的に最短ルートとは限りません。





ロサンゼルス LOS ANGELES

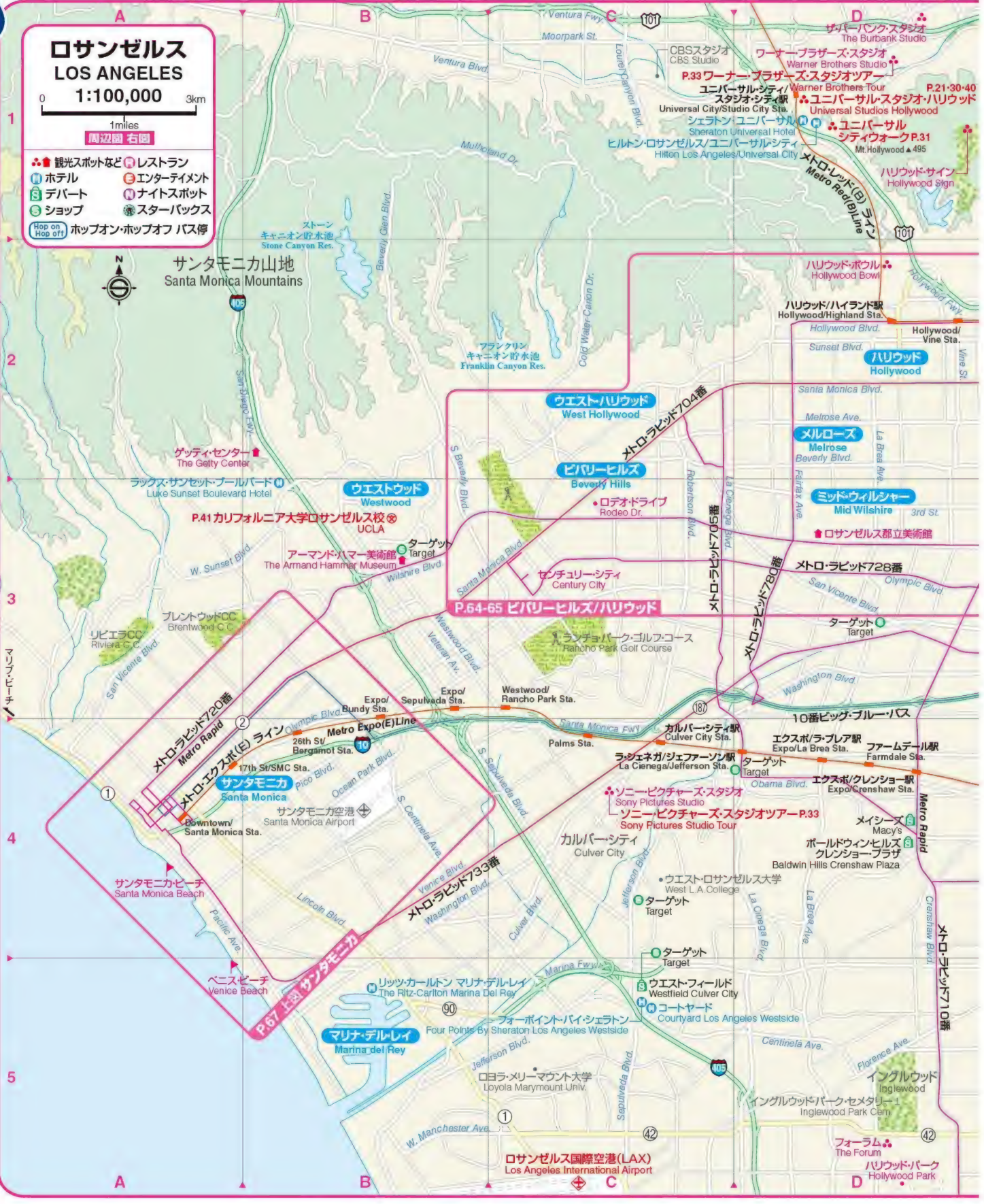
1:100,000
0 1miles 3km

周辺図 右図

- 観光スポットなど
- ホテル
- デパート
- ショップ
- ホップオン・ホップオフ バス停
- レストラン
- エンターテインメント
- ナイトスポット
- スターバックス

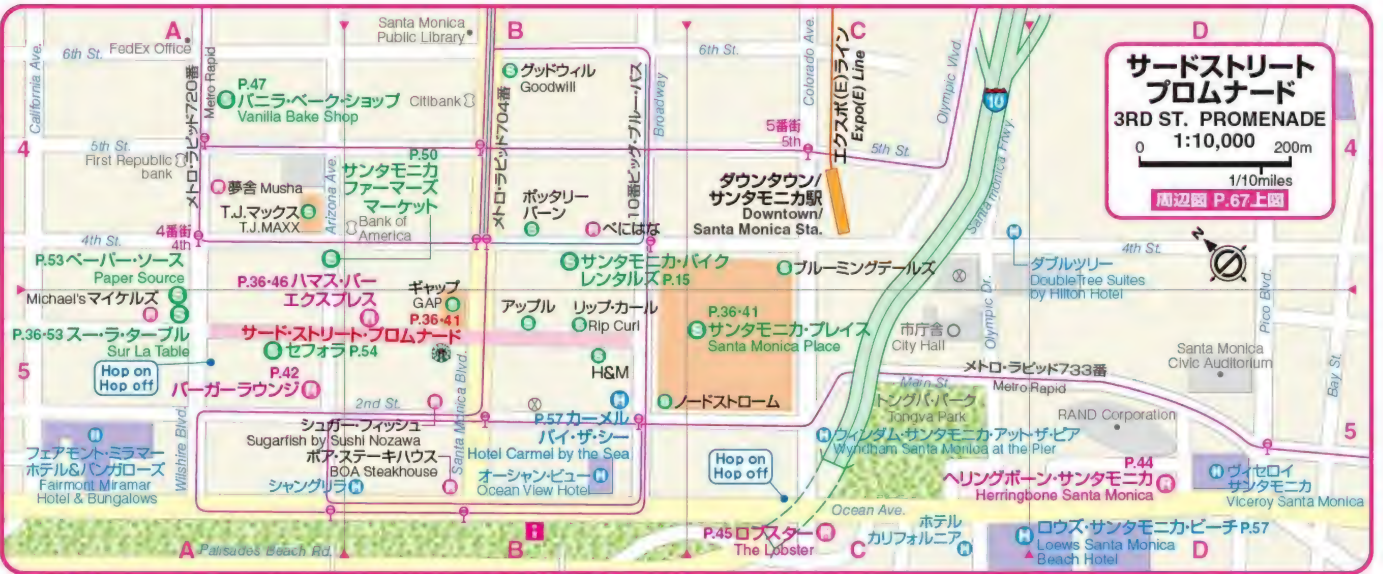


サンタモニカ山地
Santa Monica Mountains



ロデオ・ドライブ
RODEO DRIVE
1:7,000
0 100m
1/20mile
周辺図 P.65 下図





CISCO

サンフランシスコ

1 サンフランシスコ湾にかかるゴールデン・ゲート・ブリッジ 2 お馴染みのフィッシャー・マンズ・ワーフのシンボル・タワー 3 人気のエリア、ヘイズ・バレー



BOULANGERIE

Let's Check!

まずはエリアを把握しよう!
San Francisco Area



I オークランド

Oakland
サンフランシスコ湾を隔てた対岸にある街で、おしゃれなお店が続々出店中

II バークレー

Berkeley
カリフォルニア大学バークレー校があり、リベラルな空気に包まれた街

III パシフィック・ハイツ&マリーナ

Pacific Heights & Marina
ビクトリアン・ハウスが建ち並ぶ高級住宅地のパシフィック・ハイツ。お買い物を楽しむ

IV ヘイズ・バレー

Hayes Valley
ローカルが愛するスタイリッシュなエリアで、ハイセンスなショップやカフェが軒を連ねる



V カストロ&ミッション

Castro & Mission
ゲイ・コミュニティのあるカストロ。ミッションは高感度なお店が多い

A フィッシャー・マンズ・ワーフ

Fisherman's Wharf
シーフードレストランやおみやげ物店が立ち並び、サンフランシスコ随一の観光エリア



B ロシアンヒル&テレグラフ・ヒル

Russian Hill & Telegraph Hill
「世界一曲がりくねった坂」で知られるロンバート・ストリートと、坂の上から見る海の景色は必見

C チャイナタウン&ノース・ビーチ

Chinatown & North Beach
チャイナタウンは全米最大規模。その北のノース・ビーチはリトル・イタリーと呼ばれ、昔ながらの風情ある街並みが広がる



D ユニオン・スクエア&ノブ・ヒル

Union Square & Nob Hill
ユニオン・スクエアは街の中心。ノブ・ヒルは高級ホテルが並び閑静なエリア



E ソーマ

SOMA
再開発が進行中で、おしゃれなナイトスポットが点在





4

海に囲まれ、急坂をケーブルカーが走る サンフランシスコ

急な坂道、ケーブルカー、シーフード、ビクトリアンハウス、ゴールデンゲートブリッジ、ファッション……。いろいろな“素敵”が詰まったサンフランシスコはお楽しみ宝库。好奇心を全開にして、遊びたおそう。



5

Let's Enjoy!
ディズニーも外せない

ウォルト・ディズニー・ファミリー・ミュージアム

ウォルト・ディズニーの生涯とアートワークを紹介する博物館。歴代のミッキーや初期のアニメ原画などが並ぶ。

詳細は www.waltdisney.com

MAP P.99 D-1



SAN FRANCISCO サンフランシスコ

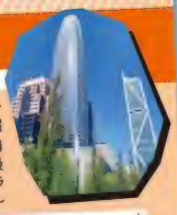
注目!

S.F. TOPICS

サンフランシスコでいちばん高いビル セールスフォース・タワー

2018年にオープンすると、すぐにダウンタウンのランドマークとなった。1階は誰でも入れることができ、土曜だけは61階の最上階まで上ることができ一般向けのツアーがある。1日4回で定員は1回50人。最上階は、サンフランシスコが360度見渡せるパノラマビュー。トップフロア行きツアーは土曜の11:00~18:00。MAP P.100 H-3

→詳細は www.salesforcetowertours.com/



MAP P.100 H-4

屋上は空中庭園で地元の人たちの憩いの場 セールスフォース・トランジット・センター

2019年、4階建てのセンターの屋上に「空中ガーデン」と呼ばれる新時代の公園が誕生した。公園の下はバスセンター。広さ5.6エーカーの公園には樹木や草花が生い茂り、人びとの憩いの場所にもなっている。また、毎日のように趣味や教育的なイベントが無料で行われている。

→詳細は P.81

“ロボットカフェ”が注目を集める クリエイター

ハンバーガーを作っているのは、ハンバーガー製造ロボット。今最も注目を浴びているレストランのひとつだ。入り口で注文して支払いも済ませる。テイクアウトもイートインもOK。

MAP P.100 H-5



→詳細は creator.rest

サンフランシスコで体験したいこと BEST 6

体験したいこと

カリフォルニア・キュージーズ

で心もお腹も大満足

サンフランシスコは、西海岸唯一の食の都。洗練されたカリフォルニア・キュージーズから屋台飯まで、おもしろい。



→詳細は P.88

体験したいこと

フィッシャーマンズ・ワーフ

でシーフードを買い食い

新鮮なシーフードの屋台が多いフィッシャーマンズ・ワーフ。好きなものを買って、海を見ながら食べたら最高に気持ちいい。



→詳細は P.74

体験したいこと

ゴールデン・ゲート・ブリッジ

を自転車であつた

街のシンボルといえばゴールデンゲート・ゲートブリッジ。自転車であつたければ、感激もひとしお。橋からの眺望も抜群。



→詳細は P.76

体験したいこと

おしゃれストリートで

かわいいもの探し

フィルモアStやチェスナッツSt、ユニオンStは洗練されたアイテム、ヘイト・アシュベリーの個性的なアイテムがいろいろ。



→詳細は P.80

体験したいこと

ファーマーズ・マーケットで

ヘルシー&オーガニック体験

有名シェフも通うファーマーズ・マーケットは、観光客にも楽しい場所。ローカルのオーガニック・ライフをのぞき見よう。



→詳細は P.78

体験したいこと

ケーブルカーでの〜んびりお散歩

街の人気者、ケーブルカーは、どこでもマイペースでゴト走る。有名な観光スポットも通るから、ぜひ、乗ってみよう。



→詳細は P.72

4泊6日モデルプラン

Model Plan @ San Francisco!!

充実したサンフランシスコ旅行にするためには、きちんと計画を立てることが大切。おすすめのプランを紹介するので、参考にしてみてください。

2日目 テッパン遊びを とことん楽しむ!

08:00 ケーブルカーでフィッシャーマンズ・ワーフへ →P.72



パウエル・ハイド線に乗って、この街随一の観光スポットへ。急な坂道をガタゴト走るケーブルカーからの眺めは、やっぱり格別。

08:30 ポウディンで朝食 →P.74



酸味のあるザワドー・ブレッドのなかをくり抜いてクラムチャウダーを入れた“名物パン”は、滞在中に一度は食べてみたいサンフランシスコの味。

09:30 フィッシャーマンズ・ワーフを散策 →P.74

シーフードを買い食いしたり、エンタメスポットで遊んだり、おみやげ探しを楽しんだり……。お楽しみが詰まったフィッシャーマンズ・ワーフを満喫しよう。

11:00 自転車でゴールデン・ゲート・ブリッジへ →P.76

フィッシャーマンズ・ワーフで自転車を借りて、海沿いにゴールデン・ゲート・ブリッジを目指そう。街なかと違って走りやすいので、挑戦してみてください。



14:00 サイクリングのおやつはココ →P.75



アイスクリームのテイクアウト専門店ノーマンズ・アイスクリーム&フリーズイズで、アイスクリームを購入。海を見ながらひと休み。

15:00 おしゃれストリートをお散歩 →P.82

素敵なセレクトショップやナチュラル系のスケンケアアイテムが揃うお店、ローカルに人気のパン屋さんなどが並ぶストリートをお散歩。



18:00 地元の人でにぎわうカリフォルニア料理のお店へ →P.90



ノーバは予約がとりにくい店として知られるが、料理はどれも絶品。カジュアルな雰囲気なので、肩肘はらずに、気軽にディナーが楽しめる。

最新&定番スポットをめぐる

王道プラン

1日目 サンフランシスコに到着! まずは最旬スポットへ

14:00 大人気の“空中庭園”を歩く →P.69-81



2018年にソーマに誕生したセールスフォース・タワーと隣接する空中公園が、ローカルの間で大人気。公園ではさまざまなイベントを開催。行ってみよう。



16:00 フェリービルディングで ショッピング →P.79

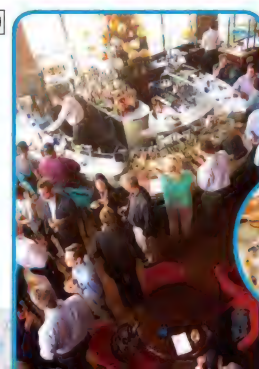
歩いて12分ほどのフェリービルディングへ。1階のマーケットプレイスは、オーガニックや地産地消にこだわるショップが並んでいる。



18:30

シーフードに舌鼓 →P.88

海沿いのウォーターバーで、ベイ・ブリッジを見ながらディナー。17時までなら、カキが1個\$1.05で食べられるので早めに行くのも◎。



19:00 夕食はカジュアルなフレンチで →P.85



グルメ・レストランも多いヘイズ・バレーでのディナーは、ベティート・クレンで、白を基調とした居心地のいい空間で気軽に食事を楽しもう。

5日目 時間にゆとりを持って
早めに空港へ行こう

07:00 ホテルをチェックアウト

1day
こちらもおすすめ
アレンジプラン

アルカトラズ島へ行こう!

09:30 ピア33からアルカトラズ島へ →P.77

サンフランシスコ湾に浮かぶアルカトラズ島は、脱獄不能といわれた刑務所。内部が見学できるツアーに参加して、上陸してみよう。



112:00



ランチは
シーフード →P.75

アルカトラズ島から戻ってきたら、フォグ・ハーバー・フィッシュ・ハウスへ行こう。海を見ながら、のんびりランチを。

113:00 ゴールデン・ゲート・ブリッジまで
サイクリング →P.76

時間と体力が許せば、自転車で橋をわたり、対岸のサウスリートから船でフィッシャーマンズ・ワーフまで戻ってくるのもおすすめ。



117:00



フィッシャーマンズ・ワーフを散策 →P.74

エンタメスポットのピア39、ショッピングモールのキャナリーやギラデリ・スクエアをぶらぶら歩いて、おみやげ探しをするのもいい。

ケーブルカーで街めぐり

P.72-73の Teppan 遊びガイドも参考に

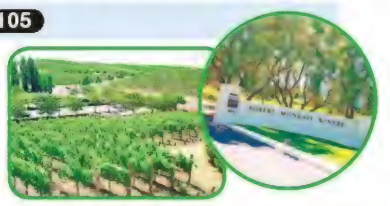
3日目 アメリカでいちばん有名な
ワインの産地ナパへ

08:00 ナパへ向けて出発! →P.105

サンフランシスコからナパまでは車で約1時間30分。試飲をすることを考えると、ツアーに参加するのがおすすめ。

110:30 ナパに到着! →P.105

ナパ・バレーに入ると、なだらかな丘陵地帯にブドウ畑が広がる風景が目に入り込んでくる。400を超えるワイナリーが点在するという。



111:00 ワイナリーをめぐる →P.105



ワイナリーでは、試飲にチャレンジしたり、広々とした敷地を散歩したり……。ここならではの体験を、堪能したい。



116:00 サンフランシスコに戻る

4日目 大学の街へ行ったり、人気の
エリアを散策したり...

09:00 バートに乗ってパークレーへ →P.86



カリフォルニア大学バークレー校があるバークレーはリベラルな空気に包まれた街。高感度なショップが並ぶストリートにも行ってみよう。

114:00 バートでミッションにもどる →P.84

ハイセンスなショップや居心地のいいカフェが並ぶミッション。天気の良い日ともなれば、ドロレス・パークは地元の人々でいっぱい。



117:00 ヘイズ・バレーを散策 →P.85

コンテナを利用したお店があったり、壁一面に愉快的なペイントが施されていたり……。おしゃれなブティックも多く、散策には楽しいエリア。



地元の人たちが愛する
おしゃれなエリア

サンフランシスコ

San Francisco

ビギナーさんなら
まずはコレでしょ！

デッパパン 遊びガイド

4

サンフランシスコに来たらゼッタイ行っておきたい&体験しておきたい遊びをナビゲート！ 名物のケーブルカーもゴールデン・ゲート・ブリッジも、ぜ～んぶ制覇！

Cable Car ケーブルカーで 街めぐり

デッパパン遊び
1

坂の多いサンフランシスコの名物と言えは、ケーブルカー。140年以上の歴史をもつノスタルジックな乗り物に揺られながら、サンフランシスコの街を眺めてみよう。

レトロな乗り物で
ダウンタウンをお散歩

坂道の上まで行くと、サンフランシスコ湾が一望できる

パウエル・ハイド線に
乗ってみました！

START

マーケット・ストリート
Market Street

Powell St & Market St 乗車

起点（終点）にあたる停留所から乗車。ケーブルカーの向きを変えるターンテーブルがあり、停留所自体が人気の観光スポットになっている。

MAP P.100 F-5

ターンテーブルで
記念撮影しちゃおう

交通量の多い
ダウンタウンを
ゆっくり走る

観光に便利な2路線を
乗りこなして街歩き

カンカンという鐘の音とともに坂の多いダウンタウンをゆっくり走るケーブルカー。移動の足としてだけでなく、乗車そのものが楽しいサンフランシスコ観光の目玉だ。乗り降りしながら風景と名所めぐりを楽しもう。

路線はパウエルハイド線、パウエルメイソン線、カリフォルニア線の3路線。主な観光スポットをめぐる観光客に人気のパウエルハイド線、パウエルメイソン線の2つ。夏の観光シーズンなどは特に混雑し途中乗車できないこともあるので、起点（終点）から乗車しよう。

ケーブルカーの
HOW TO

■6:00頃～翌1:00頃まで運行 国1回\$3、1日券\$24
※チケットは発着所近くのチケットブースで購入するか、乗車時に車掌に支払う。車内は混雑しているうえ、おつりも出ないので、事前に購入するか、ユニバスポートやクリップカードを利用しよう。



Close up!

サンフランシスコ ケーブルカー物語

1870年代初頭、ある霧の深い夜。坂道で馬車が乗客もとも滑落するという悲劇が起きた。エンジニアのA.S.ハリディはケーブルを使った安全な乗り物の開発を決意、1873年にケーブルカーが誕生した。隆盛を極めたが、新交通機関の登場、1906年の大地震の影響などで廃止の危機に。だが市民の強い反対運動が起こり存続が決定した。今なおケーブルカーは市民に愛されている。

ケーブルカー 博物館

Cable Car Museum

歴史や動く仕組みがわかる

MAP P.98 G-2

ケーブルカー誕生の背景や歴代の車両などを写真や実物で説明。館内には実際に3路線を動かしている動力炉があり、電動モーターがケーブルを回す様子を見ることが出来る。

1201 Mason St. Washington St & Mason Stからすぐ

TEL 415-474-1887 10:00~18:00

(10~3月~17:00) 3休 3休 3休 3休

URL www.cablecarmuseum.org



歴代の車両を展示
これがケーブルカーの心臓部。モーターが力強くケーブルを回す



3 チャイナタウン Chinatown

Powell St & Pine St 下車

全米最大規模のチャイナタウン。グラント・アベニューを中心に中国雑貨のみやげ物店や飲食店、生鮮品のマーケットが並んでいる。

MAP P.98 G-2

中国菓子のお店も。ランチは広東料理の店で飲茶を楽しんでは?

極彩色の飾りが賑やか。西海岸の中の異国の雰囲気

絵葉書の定番スポット 世界一のクネクネ道

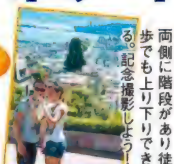


5 ロンバード・ストリート Lombard Street

Hyde St & Lombard St 下車

27度の急勾配、8つの急カーブがある有名な坂道で、車で下るのが観光客に人気。ここからのコイト・タワーの丘の眺めは抜群。

MAP P.98 F-1



両側に階段があり徒歩でも上り下りできる。記念撮影しよう!

2 ユニオン・スクエア Union Square

Powell St & Geary Blvd 下車

パウエルストリートを進んですぐユニオン・スクエアが右手に見えてくる。周辺にデパートや路面店が立ち並び市内随一のショッピングスポット。

MAP P.100 F-4, P-81

→詳細はP.80

年末はここでカウントダウンイベントが行われる



デパートが立ち並び町の中心にある広場

4 グレイス大聖堂 Grace Cathedral

Powell St & California St 下車

入り口で日本語パンフレットをもらって鑑賞しよう



ノブ・ヒルの頂上に建つ荘厳なカテドラル

1964年建造のフレンチゴシック様式の大聖堂。ギベルティの天国の門レプリカ、ステンドガラスのローズウィンドウなど見どころ満載。

1100 California St TEL 415-749-6300 7:00~18:00

(土曜8:00~18:00、日曜8:00~19:00) 3休 3休 3休 3休

URL www.gracecathedral.org MAP P.100 E-2



グルメも買い物も! 超定番観光スポット

GOAL!

6 フィッシャーマンズ・ワーフ Fisherman's Wharf

Hyde St & Beach St 下車

海はすぐそこ。ジェファーソン・ストリートを歩くと、カニが描かれたタワー周辺にシーフードの店が集中し観光客で大賑わい。

MAP P.98 G-1

→詳細はP.74



屋上には新鮮な魚介類が山盛り!

ほかにもこんな路線が!

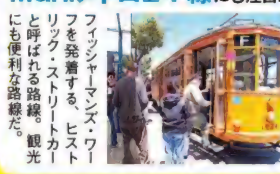
パウエル・メイソン線と カリフォルニアStを行き来するカリフォルニア線。この2路線のケーブルカーも上手に乗りこなして、サンフランシスコの名所を欲張りにもっちゃおう!

パウエル・メイソン線で ビクトリアンハウスの家並み

MAP P.101 B-3
Columbus Ave & Chestnut Stで下車
高級住宅街/パシフィック・ハイツへ。
清酒な住宅や店が集まる通りを散策。



レトロかわいい! / MuniメトロE・F線にも注目!



フィッシャーマンズ・ワーフを発着する、ヒストリック・ストリートカーと呼ばれる路線だ。観光にも便利な路線だ。

カリフォルニア線で フェリービルディング

Ferry Building MAP P.98 H-2
オーガニックグルメが集まるフェリービルディングへは海側の終点(始点)で下車。→詳細はP.79

フィッシャーマンズ・ワーフの象徴
ともいえるカニのシンボルタワー

テッパン遊び

2

フィッシャーマンズ・

ワーフで

食べる&遊ぶ

新鮮なシーフード、おみやげショッピング、ボートツアーなどのアトラクションにサンフランシスコ湾の景色まで楽しめる。絶対に外せないエリアだ!

サンフランシスコの
テッパン観光スポット

子ども大人も
楽しいスポット



クラムチャウダーの有名店ボウディンの前はいつも人だかり



フィッシャーマンズ・ワーフのシーフードレストランは人でいっぱい

食べる 名物のシーフードを 屋台で買い食い

大釜で茹でたロブスターやカニ、名物のクラムチャウダーなど、威勢のいい呼び声につられてシーフードを食べ歩き!

食も買い物もエンタメも!
お楽しみがここに集結

かつて漁港だったエリアに、レストランやみやげ物店が集まり大勢の観光客が行きかう、サンフランシスコの観光スポットだ。散策はケーブルカーのハウエルハイド線の終点(起点)から、海沿いのジェファソン・ストリートを歩こう。カニが描かれた巨大なシンボルタワーは定番の記念撮影スポットだ。さらに進みピア39あたりまでが観光のハイライト。屋台のシーフードでもほおばりながら、漁港らしい活気ある街を楽しもう。

名物のクラムチャウダーは
マストでしょ!



酸味のあるペン・サルドー・カニがたっぷり入ったクラムチャウダー(ボウディン)



カップ入りの
シーフードが
いろいろ

屋台ではシーフード
カクテル\$6程度、
クラムチャウダーも
\$6程度と手ごろ

カニやロブスターが
一匹ずつド〜んと



屋台には丸ごと
茹でたロブスター
やエビの盛り
売りも。香ばし
く食べておく?

ピア45の
入口あたりには
屋台がいっぱい

屋台の横の釜で
茹でたばかりの
新鮮なシーフードを
気軽に食べられる



獲れたて、
茹でたてで
おいしいよ

**フィッシャーマンズ
ワーフへの
Access**

ケーブルカー Powell-Hyde線 Hyde St & Beach St か Powell-Mason線 Taylor St & Bay St のタートン・ケーブルカー。または、ミュニメトロE-F線 Jefferson St & Taylor St 下車。

ここもチェック!

クラムチャウダーはココがテッパン!

ボウディン Boudin

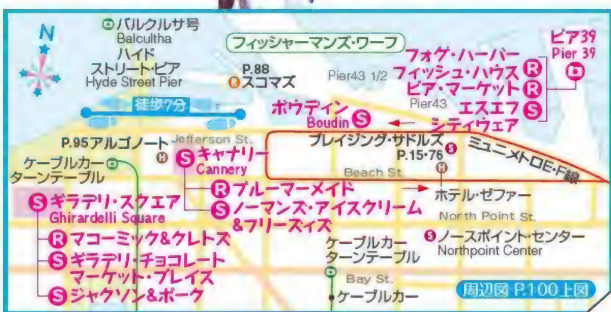
電話 P.100 F-1 / P.74

1849年創業のベーカリー。名物のサウダー・ブレッドに入ったクラムチャウダーは\$24.95。ギフトショップ、ミュージアムもある。

南160 Jefferson St ☎415-928-1849
18:00~21:00 (土曜~22:00) 休無休 2F、M
URL www.boudinbakery.com



パン工房も見学できる。焼き上がったパンが頭上のゴンドラで運ばれる趣向も楽しい



新鮮なシーフード料理が評判のレストラン

ピア・マーケット

Pier Market

ピア39で30年以上続く人気レストラン。窓から海を望む屋内と通路側にテラス席がある。クラムチャウダーやシーフードのグリルが評判。

TEL 415-275-3265 11:00~22:00 (土・日曜10:30~、冬季はそれぞれ1時間前に閉店) 無休 国\$25~
CASH, V, M URL piermarket.com



フィッシュ・アンド・チップスも人気

おしゃれなTシャツをゲット エスエフ・シティウェア

SF City Wear

サンフランシスコの名物をおしゃれにデザインしたTシャツや小物が豊富に揃う。左はゴールデン・ゲート・ブリッジがあらわれたTシャツ。

TEL 415-982-4340 10:00~22:00、季節により異なる 無休 CASH, V, M



2階にありサンフランシスコ湾を一望 フォグ・ハーバー・フィッシュ・ハウス Fog Harbor Fish House

クラブやサーモン、カキなどの魚介や、肉も鮮度がよく評判が高いレストラン。人気料理がひと通り味わえるほか、パスタ、軽食も豊富。

TEL 415-421-2442 11:00~22:00 (土・日曜10:30~、冬季はそれぞれ1時間前に閉店) 無休 国\$30~ CASH, V, M URL fogharbor.com



魚介をトマトで煮込んだチョッピーノ\$35



桟橋にある巨大エンタメスポット

ピア39

Pier 39

MAP P.100 H-1 / P.74

2階建ての建物にグルメ&ショップが集結。小さな水族館、スリリングな立体シアター、ボートクルーズなどエンタメも充実。桟橋奥にはアシカの群れがいて、人気を集めている。

1 Beach St URL www.pier39.com

一年中賑わい、お祭りのような楽しさ



イカダの上にアシカを飼育しているよ

楽しいモールが集まっているよ



遊ぶ 注目のイベントやアトラクションなど遊びも満載のショッピングモールへ

レンガの建物は築100年以上

キャナリー

Cannery

MAP P.100 F-1 / P.74

デルモンテの缶詰工場だった建物を利用したモールで、レストランやショップが約30店集まる。中庭ではパフォーマンスやイベントも行われ、週末は特に賑やか。

2801 Leavenworth St TEL 415-771-3112



チャウダー・サンブラーは必食 ブルー・マーメイド

Blue Mermaid

シーフードが中心。6種類のハウスメイドのクラムチャウダーから3つ選んで少しずつ味わえるサンブラー \$12が人気。

TEL 415-771-2222 7:00~21:00 (金・土曜~22:00) 無休 国\$20~
CASH, V, M URL www.bluemermaidsf.com



手前サンブラー。奥はフィッシュ・マンズ・ウィフ

散策途中のスイーツはここで調達 ノーマンズ・アイスクリーム&フリーズイズ Norman's Ice Cream & Freezes

アイスクリームやサンデーのテイクアウト専門店。カップで\$3.50。ミッチェルズ・アイスクリーム、ギラデリのホットチョコレートも。

TEL 415-346-3046 11:30~22:00 (金・土曜~23:00) 無休 国\$20~
URL normansicecream.wordpress.com



ケーブルカーの缶に入ったチョコも

おみやげチョコとカフェも ギラデリ・チョコレート・マーケット・プレイス

Ghirardelli chocolate Marketplace

ギラデリ・チョコの品揃えは市内随一。カフェではチョコレートドリンクやホット・ファッジ・サンデー、アイスクリームなどが楽しめる。

TEL 415-474-3938 9:00~23:00 (金・土曜~24:00) 無休 CASH, V, M, A URL www.ghirardelli.com

工場跡を改装したショッピングモール

ギラデリ・スクエア

Ghirardelli Square

MAP P.100 E-1 / P.74

ギラデリのチョコレート工場だったレンガの建物を1964年に改装。ギラデリのショップはもちろん、レストラン、雑貨など約25のハイセンスな店が集まる。

900 North Point St TEL 415-775-5500
URL www.ghirardellisq.com



レンガの建物は夜もキレイ

海を眺めながらシーフードを

マコーミック & クレトス

McCormick & Kuleto's



海側にあり、大きな窓からはマリーナやアルカトラズ島まで一望。新鮮な魚介や地元の食材を使った料理に定評があり、インテリアやサービスも洗練されている。

TEL 415-929-1730 11:30~22:00 (金・土曜~23:00) 無休 CASH, V, M, A, J URL www.mccormickandkuletos.com

SFをテーマにしたセンスのいい雑貨

ジャクソン&ポーク

Jackson & Polk

地元のデザイナーが作ったTシャツ、バッグ、アクセサリー、雑貨などかわいいものが多数見つかる。Tシャツはメンズもあり。

TEL 415-345-9708 10:00~18:00 (金・土曜 9:30~21:00) 無休 CASH, V, M, A, J URL www.jacksonandpolk.com

ビクトリアンハウスの家並みのイラストが描かれたトートバッグ



デッパン遊び
3

Golden Gate Bridge ゴールデン・ゲート・ブリッジ

ブリッジを 自転車であたる

1937年完成のゴールデン・ゲート・ブリッジは世界に名だたる美しい橋。遠くから眺めても感動するが、おすすめは自転車で橋をわたる“GGサイクリング”だ。

ゴールデン・ゲート・ブリッジ
Golden Gate Bridge 550P 550 551

橋のたもとで 記念撮影

ゴールデンゲートプロムナードを西へ。橋のたもとにあるパークキングは絶好の撮影ポイント



フィッシャー・マンズ・ワーフで自転車を借りて、いざ、ゴールデン・ゲート・ブリッジへ!



2 橋をわたる

海風がとっても気持ちいい!



平日は歩行者も自転車も東側通路を使うが、週末は自転車は西側通路の走行となる

橋の上から大バノラマを楽しもう
全長2737mの橋は、歩いても40分ほどでわたれるが、おすすめは自転車。フィッシャー・マンズ・ワーフで自転車を借りて、海沿いの道を西へ進もう。30分ほどで橋のたもとに到着するのでそこから橋へ。橋の上からは、湾内の大バノラマが楽しめる。終点はサウスリット。愛らしい街並みを散策したら、帰りはフェリーに乗ってサンフランシスコへ。車でわたるのはひと味違う感動と出会えるはずだ。

サイクリングの HOW TO

レンタサイクルはこちら

さまざまな自転車が揃うブレイジング・サドルズ。レンタル料は\$36 (24時間、オンライン予約で20%オフ)
www.blazingsaddles.com
MAP P.100 G-1 P.74

帰りのフェリーはこちら

サウスリット発のフェリーはいくつかあるので、webでチェック!
ゴールデンゲート・フェリー \$13
goldengateferry.org
ブルー&ゴールド・フリート \$13
www.blueandgoldfleet.com



楽しみにしていた
サイクリングに出発!



3 ビスタポイントでひと休み

橋をわたりきったところにある展望台からは、サンフランシスコの高層ビル群がきれいに見える



想像以上に橋からの眺めはよかったなあ

4 サウスリットに到着

下り坂を一気に下ればサウスリット。地中海沿いを思わせる美しい風景が広がる。前方のブルーの建物は、シーフードレストラン、スコマス→付録P.9

5 フェリーに乗って フィッシャー・マンズ・ワーフへ

海風がとっても気持ちいい!



高層ビル群がきれい!



6 フィッシャー・マンズ・ワーフへ到着

船に預けた自転車を受け取り、船を降りる。あとは、自転車を返却すればOKだ



海からの景色を楽しみながらフィッシャー・マンズ・ワーフへ。フェリー・ビルディングへ行く船もある



セルハウス(牢獄)は日本語のオーディオガイドでじっくり見学

★4 脱獄不可能な アルカトラズ島に 上陸!



サンフランシスコの街からわずか2.4kmの海の上に浮かぶアルカトラズ島。フェリーに乗っていき、脱獄不可能と言われた刑務所「ザ・ロック」へ潜入!

フェリー乗り場にはアルカトラズ島の模型がある。島の全容を把握しよう



海に浮かぶ孤島
囚人たちの牢獄を見学

1934年から29年間、連邦刑務所として使われたアルカトラズ島。警備が厳重で、周囲は水温が低く潮流が急なため脱獄不可能といわれたが、唯の脱走といわれるのが1962年に起きた脱走事件。3人の脱走囚は行方不明となり遺体も上がらなかつたため成否は今も謎という。そんな刑務所の歴史を日本語のオーディオガイドで聞きながら、セルハウス(牢獄)を見学するのが観光のハイライト。独房や暴動の傷跡、看守の部屋など、見どころ満載だ。

アルカトラズ島に上陸

約15分で到着。
まずは日本語のパンフレット\$1をゲットしてからセルハウスへ向かう



フェリーに乗船



島に飲食施設はないので、必要なら乗船前におやつや飲み物を調達しておく

牢獄に入る

細み物が趣味の囚人もいたよ



中庭は海をグルリと見渡す絶景スポットです



サンフランシスコを眺める

中庭に出ると街の景色が目の前に。囚人たちは風に乗って聞こえてくる街の人々の声を聞き、孤独を深め郷愁を感じたと

刑務所長の家を見る

1920年代建造のミッション・リバイバル式の建物で歴代所長が住んだ。骨組みだけが残る



セルハウス入り口で日本語オーディオガイドを借りてスタート。模範囚は日当たりのいい場所を許されたとか

アルカトラズを知るなら!

必見映画

The Rock ザ・ロック

数々の映画の舞台になったアルカトラズ島。なかでも1996年に制作された『The Rock』は、ショーン・コネリーやニコラス・ケイジなどの豪華スターが競演したアクション大作だ。VXガス搭載のミサイルを盗み、脱出不可能なアルカトラズ島に立てこもる犯人たち。人質を救出するために、FBI職員と元囚人がロック入を企てるが……



ギフトショップでおみやげをGet

7人の凶悪犯の写真付きランプや、囚人用食器セットなどビミョーなものも……

囚人のなかには 暗黒街の帝王アル・カポネも

1963年に刑務所が閉鎖されるまで収監された囚人は1545人。ここにはアル・カポネ、"クリービー"・カービスなどの有名犯罪者も収監されていた。



オーディオガイドに沿って刑務所内を歩くよ



アルカトラズ島上陸のHOW TO

アルカトラズ島 Alcatraz Island MAP P.97 B-3

ピア33からホーンブローワー・クルーズ&イベント社のフェリーを利用。片道約15分 ☎415-981-7625 9:00 ~ 15:50 (季節により異なる。3月~10月は3:45発のアーリーバードツアーや夕方発のナイトツアー \$47.30もある) 詳細www.alcatrazcruises.com

チケットの買い方 ピア33のチケットブースでも買えるが、大人気のツアーなので必ず事前にウェブサイトで予約しておく。当日はチケットブースで予約番号を伝え、チケットを受け取る。
国\$39.90 (フェリー代、オーディオツアー代を含む)

フェリー乗り場 ピア33から出航する。 MAP P.100 H-1

☎ミュニメトロE線The Embarcadero & Bay St駅からすぐ

ベイクルーズで楽しむなら

アルカトラズ島やゴールデン・ゲート・ブリッジを海から眺めるクルーズもおすす。レッド&ホワイト・フリートでは多数のベイクルーズを運行。日本語のオーディオガイドもある。URL www.redandwhite.com



刑務所長の家
Warden's House
鳥を見下ろす高台にあり歴代の所長が住んだ

牢獄 (セルハウス) Cellhouse
1912年に完成。336室の独房が規則正しく並ぶ

監視塔 Guard Tower
現存する唯一の監視塔。当時は監視員が銃を構えていた

練兵場 Parade Ground
現在は野生動物保護区で立ち入り禁止。カモメの生息地

埠頭 Dock
フェリー発着所。まずここでガイダンスを受ける

Ferry Building フェリービルディング

オーガニックや地産地消に関心が深いローカルの間で人気なのが、フェリービルディング・マーケットプレイスとフェリープラザ・ファーマーズ・マーケット。立ち寄って人々のオーガニックライフをのぞいてみよう。



楽しいからよく来るわよ

おいしいから食べてみて

オーガニック フーズの朝ごはん

レストランやベーカリーも出店しているし、ベンチャやテールもあるので朝食はココで



カバイ・オーガニック Capay Organic



1976年に設立された家族経営の有機農場。新しい品種の野菜づくりにも取り組んでいる。土曜のみ出店



ランチにぴったりよ

プリマヴェーラ Primavera

ローカルが大好きなメキシカン。お店の前は、いつも長蛇の列ができています。土曜のみ出店。



地元農家から仕入れる新鮮野菜やオーガニックの食材を使った手作り料理が人気



ヘルシーフードがいっぱいの 青空マーケット



近郊のオーガニック・ファームがつくる野菜や果物がいっぱい。生で食べられるものは、ぜひ試してみよう。農家の人たちとおしゃべりをしながら、色とりどりの切り花が並ぶフラワーショップ。ローカルに大人気だ



オーガニックはちみつだよ

マーシャルズ・ファーム・ ナチュラル・ハニー Mashall's Farm Natural Honey

ベイエリアに70カ所の巣箱設置拠点をもち、上質なグルメハチミツを収穫・販売。

アシャディンハ・ チーズ・カンパニー Achadinha Cheese Company

ヤギのチーズの専門店。頼めば、どれでも試食させてくれるので、味見してから購入しよう。木・土曜出店。



ジュン・テイラー June Taylor

家族経営の農場で、季節の果実から作るマーマレードは大人気。土曜のみ出店。
オーナーのジュンさんすべてオーガニック・フルーツで作られる

クマの器路に入つたハチミツ各 \$3・75 土曜出店

ファームな おみやげはいかが？ 手作りのはちみつやジャムなどはおみやげにしたら喜ばれそう。



ロハス&オーガニックな



オーガニックなグルメ&ショップが集まる!

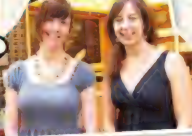
フェリービルディング・マーケットプレイス

Ferry Building Marketplace

ビル1階のマーケットプレイスには、オーガニックや地産地消にこだわるフード店やグリーンな雑貨店など、品質に定評のあるお店が集まる。

MAP P.98 H-2 フェリービルディング
One Ferry Building ☑ユニオン・スクエアから徒歩12分 ☑415-983-8000 ☑10:00~18:00(土曜9:00~、日曜11:00~17:00) ☑無休 ☑店舗により異なる
www.ferrybuildingmarketplace.com

①オーガニックやグリーンにこだわるショップが並ぶ ②サンフランシスコ湾に面しているの、買ひ物のあとにはベンチでくつろぐ人も ③園芸用品や日用雑貨が揃う「ザ・ガーデナー」 ④ローカルな観光客も入り混じり、週末はかなりの人混み



肌にやさしい
オリーブ・オイルを使用
ミキボイ・ランチ
McEvoy Ranch

オーガニックのオリーブオイルを使って手作りされたボディケア・アイテムが揃う。人気はハンドクリームとリップバームだ。

☎415-291-7224
☎9:00~19:00(土曜8:00~18:00、日曜9:00~17:00)
☑無休 ☑B.V.M.A
www.mcevoyranch.com

Olive Oil



①オリーブオイル・シーンソルト・スクラブは穏やかな使い心地各\$35
②エキストラバージン・オリーブオイルも並ぶ\$30

☎ソープやリップバームなどがセットに\$49.95



新鮮なシーフードをどうぞ

Oyster

シーフードをカジュアルに楽しむならこちら

ホグ・アイランド・オイスター・カンパニー

Hog Island Oyster Co.
生ガキがおいしい人気店。夏場はとくに、オープンと同時に開放感たっぷりのテラス席はほとんど埋まってしまうので、早めに行くのがおすすめ。クラムチャウダーも美味。

☎415-391-7117 ☎11:30~20:00(土・日曜は11:00~18:00、ハッピーアワーは月~木曜17:00~19:00) ☑無休 ☑B.V.M
www.hogislandoysters.com

①スタッフはみんな明るくて親切 ②店名が示すように、ここの生ガキは新鮮でおいしい ③クラムチャウダーもおすすめ ④開店直後から多くの人が並ぶ



グルメの間でも評判の美味

アクミブレッド

Acme Bread
パークレー発のベーカリーで、サンフランシスコの伝統的なパンが並ぶ。小麦粉からオリーブ・オイル、ナッツ類まで、オーガニックにこだわる。

☎415-288-2978 ☎7:00~19:30(土・日曜は8:00~19:00) ☑無休 ☑不可
www.acmebread.com

Wine



ワインバーを併設するショップ

フェリー・プラザ・ワイン・マーチャント

Ferry Plaza Wine Merchant
買物客で賑わうフェリー・プラザの1階にあり、世界各国のワイナリーでつくられた良質のワインが揃う。

☎415-391-9400 ☎10:00~21:00(月曜は11:00~20:00、土曜は8:00~20:00、日曜は~19:00) ☑無休 ☑B.V.M
www.fpw.com



Bread

①チーズの塩気がきいたチーズ・ウィール ②サワード・ブレッドは酸味がきいた、サンフランシスコ名物のパン

アメリカやヨーロッパの良質なチーズ

カウガール・クリマリーズ・アルチザン・チーズ

Cowgirl Creamery's Artisan Cheese

自社製のチーズのほか、ヨーロッパや国内の有名メーカーのチーズを扱う。また、チーズや乳製品を中心としたメニューを提供する軽食店も併設。

☎415-362-9354 ☎10:00~19:00(土曜8:00~18:00、日曜11:00~18:00) ☑無休 ☑B.V.M ☑www.cowgirlcreamery.com

①売り残りなどしてくれるフルサービスのチーズ専門店 ②いくつかのチーズがセットになったおすすめパッケージもある。迷ったときに便利



Cheese



有名デパートやブランドショップが並ぶ

ユニオン・スクエア

Union Square

San Francisco

注目タウンにGO!

ビギナーもリピーターもまずは「ここへ」

ハイエンドなブランドも
プチプラもお任せ!

サンフランシスコの中心地、ユニオン・スクエア周辺は、プチプラからハイエンドまで、さまざまなブランドが集まるショッピングエリア。ユニオン・スクエアの周りには、高級デパートで知られるニーマン・マーカスから庶民派のメイシーズまで4つのデパートが揃い、南へ4分ほど歩いたケープルカーのターニングテーブル前には、巨大なショッピングモールのウェストフィールド・サンフランシスコもある。ブランド買いなら、このエリアがおすすだ。

B サックス・フィフス・アベニュー

Saks Fifth Avenue

老舗の高級デパート

1867年創業の高級デパートで、旬のブランドが揃う。コスメやアクセサリー、シューズやバッグなどのファッション雑貨も充実している。

MAP P.100 F-3 / P.81

店384 Post St ☎415-986-4300

10:00 ~ 19:00 (日曜11:00 ~)

無休 無休 V.M.A

URL www.saksfifthavenue.com

- 1 スタンダードだけれど色の組み合わせがきれい
- 2 エリザベス・アンド・ジェームスのバッグ\$645
- 3 マノロ ブラニクのシューズ各\$480は色がきれい
- 4 最上階のカフェ the Rotundaは眺望も魅力

ユニオン・スクエアを
見下ろすカフェも素敵



A ニーマン・マーカス

Neiman Marcus

セレブ御用達の高級デパート

豪華な内装の店内には、ジミー チューヤトリー パーチなどアメリカ発の世界のトップブランドが並ぶ。店内のカフェ「the Rotunda」では、豪華なアフタヌーンティを楽しみたい。

MAP P.100 F-4 / P.81

店150 Stockton St ☎415-362-3900 10:00 ~ 19:00 (木曜~

20:00、日曜12:00 ~ 18:00) 無休 店舗により異なる

URL www.neimanmarcus.com

ゴージャスな内装のデパートで、セレブ気分を味わってみて



ユニオン・スクエアには
こんなデパートも!

F メイシーズ

Macy's MAP P.100 F-4 / P.81

ユニオン・スクエアに面した老舗デパート

G ノードストローム

Nordstrom MAP P.100 F-5 / P.81

メンズ&レディス・ウエアや靴が充実

H ブルーミングデールズ

Bloomingdale's MAP P.100 F-5 / P.81

コンテンポラリーなブランドに強みを発揮

C アップル ユニオンスクエア

Apple Union Square

アップルストアの新基準となる旗艦店

消費電力は屋上の太陽光発電パネルなど再生可能なエネルギーですべてをまかなうなど、環境保護に熱心な姿勢を示す。ミニマルなデザインも美しい。

MAP P.100 F-3 / P.81

店300 Post St ☎415-486-4800

10:00 ~ 21:00 (日曜10:00 ~ 19:00)

無休 無休 無料

URL www.apple.com/retail/unionsquare



- 1 緑豊かなユニオンスクエアが目の前に
- 2 ゆったりとしたスペースも魅力

多くの人種や民族を受け入れてきたサンフランシスコは、多彩な文化を内包する街。今、高感度な若者たちが愛してやまない9つのエリアを歩いてみよう。

再開発が進む
注目タウン!

ソーマ Soma に出かけよう

かつては倉庫や工場が並んでいた South of Market (SoMA = ソーマ)。しかし、セールスフォース・トランジット・センターなどが完成し、人気のエリアに。

ソーマへの access:

ユニオン・スクエアからは Market St に向かって南下し、Market St をわたるとソーマ。



美術館や博物館が多く集まるエリアでもある

ジュエッシュ現代博物館

Contemporary Jewish Museum

存在感のある外観も注目のユダヤ人の文化や芸術、歴史を紹介。ユダヤ系アーティストの企画展も多い。館内にはユダヤ料理のテロも。



San Francisco Travel Association/Scott Chernis

MAP P.100 G-4 / P.81

〒736 Mission St ☎415-655-7800 11:00~17:00(第3木曜~20:00)

※水曜 16(木曜17:00以降は\$8,第1火曜無料) ※V,M,A

URL www.thecjm.org

Yエルバ・ブエナ・ガーデンズ

Yerba Buena Gardens

アートの薫り高い憩いの場

芝生と噴水が美しい市民の憩いの場。彫刻などが点在し、アーティストックな雰囲気がある。夏にはコンサートやパレエなどを上演。

MAP P.100 G-5 / P.81

〒745 Mission St ☎415-820-3550 6:00~22:00

※無休 園無料 URL www.yerbabuenagardens.com



Rサンフランシスコ近代美術館

San Francisco Museum of Modern Art



SFMOMAの名で親しまれている上質なコレクションもさることながら、ミュージアムショップやカフェも充実。ゆったりと過ごせる。

©San Francisco Travel

MAP P.100 G-5 / P.81

〒151 3rd St ☎415-357-4000 10:00~17:00(木曜~21:00)

※水曜 25(18歳以下は無料) ※V,M,A

URL www.sfmoma.org

Lセールスフォース・トランジット・センター

Salesforce Transit Center



1「空中パーク」はビル群の間をぬけている 2 イベントのスケジュールはHPで公開している

新しい市民の憩いの場

セールスフォース・トランジット・センターは公共交通機関用のバスターミナル。その屋上に誕生したのが、「空中ガーデン」と呼ばれる新時代のパークだ。緑が豊かで、すでに市民の新しい憩いの場となっている。さまざまなイベントを無料で実施。

MAP P.100 H-4 / P.81

〒425 Mission St ☎415-597-5000

6:00~21:00(冬季は~20:00) ※無休

URL Salesforcetransitcenter.com



7

1 ユニオン・スクエアはダウンタウンの中心部 2 緑あふれるユニオン・スクエアはローカルの憩いの場 3 ケーブルカーのターミナルも歩いて4分ほど 4 おしゃれな女性が多い 5 ソーマには人気のブルー・ホール・コーヒーも 6 ユニオン・スクエアでみかけてすてきなオブジェ 7 週末は観光客やローカルでいっぱい

Dウェストフィールド・サンフランシスコセンター

Westfield San Francisco Centre

2つのデパートが入るショッピングモール

ブルーミングデールズとノードストロームが入るショッピングモールで、大きなフードコートもある。ケイト・スペードやコーチなどのアメリカンブランドのお店も。

MAP P.100 F-5 / P.81

〒865 Market St

☎415-512-6776 10:00

~20:30(日曜11:00~19:00)

店舗により異なる ※無休

※店舗により異なる

URL www.westfield.com



2

カリフォルニアワインが500~700種も揃う



ユニオン・スクエアへの access:

ケーブルカーのパウエル/ハイト線、パウエル/メイン線、Powell St & Geary Stからすぐ、フェリービルディングから徒歩12分。

Eナパ・バレー・ワイナリー・エクスチェンジ

Napa Valley Winery Exchange

ワイン選びを日本語でサポート

カリフォルニアワインの専門店。少量生産の希少ワインをメインに揃える。ワインの知識がある日本人スタッフが、ワイン選びを日本語でサポート。日本への発送もOKだ。

MAP P.100 E-4 / P.81

〒415 Taylor St ☎415-771-2887

10:00~18:00(日曜) ※V,M,A,J

URL www.nvwe.com(日本語ページあり)



ユニオン・スクエアから2ブロックほど西のテイラー・ストリート沿いにある



洗練されたショッパがいっぱい

Fillmore St
Chetnut St
Union St

フィルモア & チェスナッツ & ユニオン

高級住宅街の
おしゃれストリート

サンフランシスコの街の北西部に位置するバシフィック・ハイツは、高級住宅街で知られるエリア。瀟洒なヒクトリアンハウスが建ち並び、お散歩をするだけでもウキウキした気分になってくる。
そんなバシフィック・ハイツのお買い物ストリートがフィルモア・ストリートとユニオン・ストリートだ。その4ブロック北には、マリナ地区に属するチェスナッツ・ストリートが走る。洗練されたブティックやカフェが並ぶストリートでおしゃれ散歩をしてみよう。

ハイセンスなお店が集まる

フィルモア Fillmore St

バシフィック・ハイツを南北に走る通りで、フェミニンなブティックやレストランが軒を連ねる。洗練された雰囲気の魅力だ。

パン・ヌードル・ボウル
\$11.75。揚げ春巻と、ボークまたはチキンがのる



B バン・ミー Bun Mee

ベトナム・サンドイッチの人気店

フランスパンにチキンや野菜、香草などの具をはさんだベトナム・サンドイッチが9種類。春巻やサラダなどのサイドメニューも。テイクアウトOKだ。

MAP P.101 A-5 / P.82

2015 Fillmore St
415-800-7696
11:00~21:00
無休 V.A
www.bunmee.co

黒豚と野菜などを挟んだグリルド・レモングラス・ボーク\$8



で小腹が空いた時にカジュアルな店で



ベッドリネンもカラフルで生活が楽しくなりそう。椅子の上のクッション各\$145。ラグはサイズにより\$145~



A ジョナサン・アドラー Jonathan Adler

モダン&レトロなインテリア雑貨

NY発のライフスタイル・ブランド。ミッド・センチュリー・モダンの雰囲気をもつ幾何学パターンや、動物をモチーフにしたカラフルで楽しいホーム雑貨が豊富に揃っている。

MAP P.101 A-4 / P.82

2133 Fillmore St 415-563-9500 9:30~18:00
無休 V.M.A www.jonathanadler.com

ラップトップケース。ほかにも多数の柄を展開。カラフルなゼブラ柄のコースターは4枚セット



ニット風のワンピースはいろいろ使えそう\$15
レトロな雰囲気がかわいいワンピース\$10.50



サイズがあえばどれもとてもお買い得よ

フレンドリーでセンスのいいスタッフは心強い味方

C クロスローズ・トレーディング Crossroads Trading

全米に複数店舗を展開する大手古着店

状態がよくてかわいい洋服やシューズが、所狭しと並ぶ。高級ブランドの古着や小物も扱っているの、思いがけない掘り出し物に巡り合えるかも。一期一会の出会いを楽しんで。

MAP P.101 A-5 / P.82

1901 Fillmore St 415-775-8885 11:00~19:00 (金・土曜は~20:00) 無休
V.M.A
www.crossroadstrading.com



フィルモア・ストリートへのaccess:
ミニメトロF・K・L・M・T線Church駅からミニバス22番利用。またはユニオン・スクエアからミニバス38・38R番に乗り、Fillmore St & Geary Blvd付近下車。

■デザインが可愛い縞のブラウス\$348
■青色が爽やかな膝丈ワンピース\$198



潇洒な家とおしゃれな店が魅力

チェスナッツ&ユニオン

Chestnut St & Union St

パシフィック・ハイツ北部とマリナー地区を東西に貫くユニオン・ストリートとチェスナッツ・ストリートには、センスのいいお店が並ぶ。

D アモーレ・ベート

Amour Vert

品のいい甘辛ミックスがSF流

環境に配慮した素材のコレクションで知られるブティック。デザイン性の高いアイテムがそろっているのが人気の秘密だ。小さいサイズもあるのでアジア人にもピッタリ。

MAP P.101 A-1 / P.83

店2110 Chestnut St ☎415-654-5385 10:00~

19:00(日曜は~18:00) 無休 2V.M.A

URL amourvert.com



1 チェスナッツStでひときり目立つ、おしゃれな外観 2 大人気の大人可愛いプリントブラウス\$138

E アノミー

ANoMie

洋服から雑貨までいろいろ

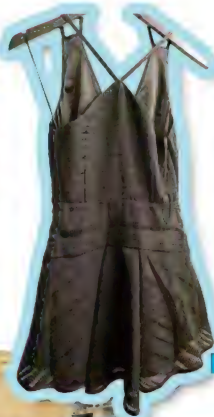
新しく誕生したブランドやデザイナーの作品を多く揃えたセレクトショップ。個性的なものでからオーソドックスなアイテムまで、アイテムは多様。ユニークな雑貨も楽しい。

MAP P.101 A-3 / P.83

店2149 Union St ☎415-872-9943

11:00~19:00 無休 2V.M

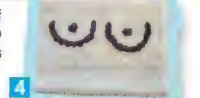
URL www.shopanomie.com



■甘くキュートな感じの店内。雑貨も並ぶ



■レースのトップスはロングスカートに合わせると素敵 ■エンジのドレスはいろんな場面で活躍してくれそう ■遊び心いっぱいのバッグ



1 キュートなミニのワンピース\$160 2 落ち着いた雰囲気の内装 3 水玉模様のボトル型の花瓶。いろいろな用途に使える。各\$66 4 おっぱい柄のバスケット\$60

F モーニング・ラベンダー

Morning Lavender

キュートでおしゃれなアイテムが揃う

白を基調にした淡い色調の店内に、女性らしいフェミニンなドレスやアクセサリーが並ぶ。ラインナップはキュートでどちらかといえばクラシック。日常的に着られるアイテムが多く、価格もお手頃。

MAP P.101 B-3 / P.83

店1846 Union St ☎650-797-0686 11:00~19:00

無休 2V.M URL morninglavender.com

1 ポップでおしゃれな外観 2 細い部分にもピッタリとくろーアイライナーミニ\$12



G ベネフィット

Benefit

持っているだけで楽しくなる!

サンフランシスコ発祥のポップでキュートなコスメシリーズ。ノスタルジックなデザインやガールズに愛されるグラフィックデザインでおみやげにもぴったり。メーカーサービスもある。

MAP P.101 A-2 / P.83

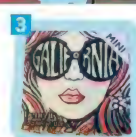
店2219 Chestnut St ☎415-567-1173 10:00~

19:00(水曜~20:00、木曜9:00~20:00、金・土曜9:00~)

無休 2V.M URL www.benefitcosmetics.com

チェスナッツ&ユニオン ストリートへのaccess:

チェスナッツ Stへは、ユニバス30番Chestnut St & Fillmore Stなどで下車、ユニオン Stへはユニバス45番Union St & Laguna St下車が便利。ユニオンStは、チェスナッツStの4ブロック南で、徒歩約7分の距離。



3 頬紅やブラウンの影をつくるのに使えるパウダーブラッシュミニ\$17



4 毛穴や小じわを目立たなくしてくれ、メイクを長持ちさせてくれるハンドレイトン\$32 5 4色ペンシルになったスポットメイクとアイブロー\$34

おしゃれローカルイチョシ! ミッシェン

Mission

ピープルウォッチングも
楽しいエリア

サンフランシスコ最古の教会で知られるミッション・ドロレス教会。そのお膝元に広がるミッシェン地区は、センスのいいショップや居心地のよいカフェなどが軒を連ねるローカル注目のエリアだ。なかでもバレンシア・ストリートには、高感度な若者たちに人気のショップやレストランが多い。また、バレンシア・ストリートから400mほど西に行ったドロレスパークは晴れた休日ともなれば、若者たちがいっぱい。最旬のトレンドが肌で感じられる。

雰囲気もコーヒーの味も抜群さ

- 1 フォーバレル・コーヒーは超人気のカフェ 2 タルティエヌ・ベーカリーのパンピングは地元女子のお気に入り
3 お天気のいい日はドロレス・パークでのんびり 4 おしゃれな若者が多い 5 タルティエヌ・ベーカリーはいつも行列ができています



B セレンディピティ

Serendipity

ユニークなカードと雑貨の店
小さな店内には、楽しい絵柄のカードや雑貨がいっぱい。「カードを探すならここ」と話すローカル女子も少なくない。ユニークでちょっと気の利いたおみやげ探しにおすすり。

MAP P.101 D-4 / P.84
開803 Valencia St ☎415-401-8760 10:30~20:00 (土曜~19:00、日曜11:00~19:00)
無休 5V.M ④www.serendipitysanfrancisco.com

☑マトリョーシカの形をした水差し\$22

☑パッキングがかわいいキッチンタオル



☑カードや雑貨が所狭しと並ぶ店内



☑上質でセンスのいい品物が並ぶ店内
☑シンプルなおトートは使い勝手がよさそう\$120

A ヴォイジャー・ショップ

The Voyager Shop
スタイリッシュな品揃えが魅力

バイヤーでデザイナーのオーナーが選ぶアイテムは、ハイクオリティ&ハイセンス。クールだけれどすごくキュートで、地元女子のファンも多い。

MAP P.101 D-2 / P.84
開365 Valencia St ☎415-795-1748 11:00~19:00 無休
5V.M ④thevoyagershop.com

☑地元女子御用達のトムのシューズ



D ニードルス&ペンス

Needles & Pens

地元デザイナーの作品が並ぶ洋服やアクセサリから本、雑貨まで、地元デザイナーの作品が並んだ店内は、見るだけで楽しい。サンフランシスコらしいものが欲しいという人は、ぜひのぞいてみて。

MAP P.101 D-5 / P.84
開1173 Valencia St ☎415-872-9189 12:00~19:00 無休 5V.M ④www.needles-pens.com

☑シンプルだが個性がキラリと光るワンピース



好きなものを、見つけてね



☑デザイナー手作りのペダント。ピンクのバラがポイント



☑さまざまなアイテムが整然と並んだ店内

C セラピー・ストアーズ

Therapy Stores

女子好みのアイテムばかりが並ぶ
ベイエリアに複数店舗を展開。遊び心あふれるアイテムから実用性の高い小物まで、その幅広い品揃えには定評がある。宝探し気分でお店のなかを物色してみよう。

MAP P.101 D-3 / P.84
開545 Valencia St ☎415-865-0981 12:00~21:00 (金曜~22:00、土曜11:00~22:00、日曜11:00~)
無休 5V.M ④https://therapystores.com

☑洋服から雑貨までいろいろなアイテムが並ぶ店内は宝探し気分が楽しめる
☑ヴィンテージっぽい感じがおしゃれなリング





洗練された人気のエリア ヘイズ・バレー Hayes Valley



1ヘイズ・ストリートに面したラ・ブランジェリー・ドゥ・サン・フランシスコ 2パトリシアズ・グリーンはローカルの憩いの場 3コンテナショップが並ぶヘイズ・バレー 4ヘイズ・ストリートとオクタヴィア・ストリートの交差点を示す標識

**地元の人たちが愛する
スタイリッシュな街**
サンフランシスコの中心に位置するヘイズ・バレーは、ハイセンスなショップやカフェが並ぶエリア。街を歩く人々も、自分のスタイルをもったクールな人たちが多く、なかでも特徴的なのは、巨大なレゴブロックのようなカーゴ・コンテナだ。ローカルに人気のアイスクリーム屋さん、サードウェーブ・コーヒーを代表するカフェも、ここではみんなコンテナショップ。カジュアルな外観の一方で、商品はこだわりのある。本物というの、いかにもこの街らしい。



B オールバーズ allbirds

世界一履き心地のよい
スニーカー

環境に配慮したサステナブルな素材がウリのシューズメーカー。木やウール、サトウキビなどを原料に使った靴は「飛ぶように軽い」と大人気。2020年1月に日本にも進出し、話題沸騰中。

MAP P.85

425 Hayes St 415-802-2800 11:00~19:00
無休 25V、M www.allbirds.com/

都会的で洗練された外観。ゆったりしたレイアウトが店の特徴

羊毛(ウール)シリーズはいちばん人気。動きやすさと軽やかさがポイント



木の素材で作られた「ツリーシリーズ」は環境に配慮した呼吸ができる靴



ウールや木の素材で作った靴は大人気。週末は試着の客で混み合う

A ペティート・クレン Petit Crenn

クレン家に伝わる温かな味がベース。シェフの母や祖母、フランス・ブルターニュ地方の味に触発された料理が魅力。繊細な味付けの料理はもちろん、シンプルで美しいインテリアも人気だ。

MAP P.85

609 Hayes St 415-864-1744 17:00~21:15 (金曜~日曜~21:30) 3月曜 25V、M コース\$100 www.petitcrenn.com



一見素朴に見えるが、その料理はどれもユニークで独創的な味わい



店はヘイズ・ストリートに面している

ヘイズ・バレーへのアクセス:
ミュニメトロのCivic Center駅やVan Ness駅、バートのCivic Center/UN Plaza駅が便利。



周辺図 P.98

ヒップでバンクなエリアならこちら ヘイト・アシュベリー

ディケーズ・オブ・ファッション

Decades of Fashion

ヴィンテージドレスやアクセサリーのお宝探し

エンタメ業界のスタイリストだったオーナーが集めたヴィンテージのドレスや小物が山盛り。メンズ、レディースとも揃った映画のようなゴージャスな衣装はコスプレも楽しめそう。

MAP P.101 A-1

1653 Haight St 415-551-1653
11:00~19:00 無休 25V、M
decadesoffashionsf.com

60年代スタイルのヴィンテージ・アクセサリー\$29~



レトロでかわいいものが多い



オーナーがデザインしたドレスも

オーナーデザイン
のドレス\$400

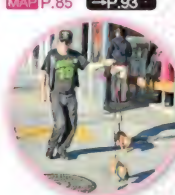
C スミッテン・アイスクリーム Smitten Ice Cream

フレッシュでクリーミー!

高感度はエリアとして評判のヘイズ・バレーにあって、2011年のオープン以来、変わらぬ人気を誇る。目の前でつくられるアイスクリームは、大人も子どもも大好き。

MAP P.85

→P.93



お店の近くでは地元の人が犬を連れて散歩をしている姿もよく見かける



子どもたちも、お気に入りのアイスクリームに大満足



コンテナを改装したお店は、シンプルでカッコいい



4つの基本フレーバーのなかから好きなものを選ぶ

おしゃれなショップが続々登場!

バークレー & オークランド

Berkeley & Oakland



リベラルな空気に包まれた街

バークレーの街を語る上で欠かせないのが、カリフォルニア大学バークレー校。地元の人から「カル(Cal)」と親しまれる同校は、自由な校風で知られる名門校だ。そんな大学を擁するバークレーはグリーン意識も高く、全米でも有数の進歩的な街。一方のオークランドはサンフランシスコ湾に面した港湾都市で、バークレー同様にリベラルな空気がみなぎる街だ。サンフランシスコの中心部からバートで約30分。自由闊達なこの街のエネルギーに触れてみよう。

バークレー校はスポーツも盛んなんだ

①犬を連れてお散歩をしているローカルが多い ②1868年に創立したカリフォルニア大学バークレー校。米国の州立大学のなかでも最難関とされる ③ベネフィットにはキュートなパッケージのコスメが多い

革新的な大学の街

バークレー

Berkeley

おしゃれな店が並ぶ4thストリートでエコ&グリーンを楽しもう。
バークレー観光局 ④ www.visitberkeley.com

⑤ 広々とした店内には暮らしを楽しくしてくれそうなアイテムがいっぱい

A エイケン

Aiken

人気のエコブランドが揃う

エコフレンドリーだけどハイセンス、そんな洋服や小物を揃えたセレクトショップ。アーティストデザインのTシャツも人気。オーガニック・コットンなどを使ったグリーンな洋服や雑貨が並ぶ。

MAP P.86

⑥ 1809 4th St ⑦ 510-649-9759

⑧ 11:00~18:00 (月曜10:00 ~、木~土曜10:00 ~ 19:00)

⑨ 無休 ⑩ V

⑪ www.convertstyle.com

③



①シンプルなデザインが好きな紺のワンピース\$155 ②柄の異なる布をはぎ合わせたロングスカートは、柄の組み合わせが絶妙\$210 ③色鮮やかでエコなアイテムがずらりと並ぶ店内

②



C ベネフィット

Benefit

女子好みのキュートコスメ

サンフランシスコ発のコスメ・メーカー。質の高いアイテムで、ハリウッドセレブたちからも高い評価を受けている。50s風のイラストがついたパッケージがかわいい。

MAP P.86

⑫ 1831 4th St ⑬ 510-981-9858 ⑭ 9:00 ~ 19:00 (土曜~18:30、日・月曜10:00 ~ 18:00) ⑮ 無休 ⑯ V、M



①パステル・カラーで彩られた店内 ②パッケージもかわいく、おみやげにもぴったりなチーク



①

①ユニークなイラストが描かれたクッションは、子どもっぽくないのがいい



②



④ プラスチック製のフオトスタンド

B シービーツー

CB2

クレート&バレルの姉妹店

機能的でおしゃれな家具や雑貨で知られるクレート&バレルのセカンドライン。店内には、かわいい雑貨やセンスのいい家具などが並ぶ。インテリアの参考になりそうなディスプレイも楽しい。① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

MAP P.86

① 1730 4th St

② 510-558-0106

③ 10:00 ~ 19:00

④ 無休 ⑤ V、M

⑥ www.cb2.com



バークレーへのaccess:

UCバークレー校へは、バートRichmond-Millbrae ラインのRichmond行きに乗り、Downtown Berkeley下車。おしゃれなお店が集まる4thストリートは、North Berkeleyで下りるほうが便利。



ここに座していると、リラックスできるの
1 4th Stに面して立つアップルストア 2 UCバークレー校の“芝生広場”は、学生やローカルの憩いの場 3 ロックリッジにあるカフェ。壁一面に描かれた絵はコービーがテーマ 4 コンパートにあった小ぶりのリュックは女性にぴったり 5 ベッラ・ヴィータの店内

オークランドのaccess:
オークランドのベイエリアへはバート Richmond/Daly City-Millbraeライン、Pittsburg/Bay Point-SFO-Millbraeラインの12th St/Oakland City Center駅利用が便利。ロックリッジへは、バート Pittsburg/Bay Point/SFO-MillbraeラインのRockridge駅下車。

D カフェM

気軽にモダン・アメリカンを
明るく開放的な店内で、気軽に朝食ランチが楽しめる。オーガニックを使った料理もあり、テイクアウトもできるのも便利。日当たりのよいテラス席はとても人気で、いつも多くの人でにぎわっている。

MAP P.86
1799 4th St ☎510-526-4429
11:00 ~ 15:00 (土・日曜 ~ 15:30) 無休
V、M、A 無休 cafembarkeley.net



かわいなお家のようなショップ。ワンピースやバッグ、アクセサリーがたぐさ並ぶ



F ベッラ・ヴィータ

Bella Vita
ヴィンテージっぽいファッションや小物
キュートなデザインにヴィンテージテイストを加えたファッションや小物が揃う。地元デザイナーのもの、オーナーが作らせたオリジナルがある。 付録P.7

MAP P.87
5511 College Ave ☎510-653-1639
11:00 ~ 18:00 (日曜12:00 ~ 17:00)
無休 V、M
URL www.bellavitalife.com

自由な気風に包まれた街 オークランド Oakland

かわいい店が並ぶカレッジ・アベニューを
クルーズしよう!
オークランド観光局 URL www.visitoakland.com



Vィンテージ柄の布を使ったハンドメイドの髪留め各\$6

地元ベーカリーのアーモンド&チョコのクッキー
ベイエリア産食品のコーナーがある



G ロックリッジ・マーケット・ホール

Rockridge Market Hall
ベイエリアの食料品が豊富に揃う
オークランドとバークレーに展開するグロサリー。輸入品とベイエリア生まれの食品が中心で、ジャムやチョコレート、コーヒー、紅茶などがおみやげにぴったり。

MAP P.87
5655 College Ave ☎510-250-6005 9:00 ~ 20:00
(土・日曜 ~ 19:00)
無休 V、M、A
URL www.rockridgemarkethall.com



バナナやイチゴのつたフレンチトーストは、朝食メニューのひとつ
ワンプレート料理もいろいろ揃っている



広々とした店内でアメリカらしい料理が楽しめる



E ブルース・チョコレートバークレー

Blue's Chocolates Berkeley
バークレー生まれのチョコ専門店
ラズベリーやピーチなどの食材は地元のファーマーズ・マーケットで購入。最高の食材を使った、ジュエリーのような美しい手作りチョコが自慢だ。さまざまなフレーバーのアイスも人気。

MAP P.87
1964 University Ave ☎510-705-8800
11:00 ~ 19:00 (金・土曜 ~ 21:00)
無休 V、M 無休 www.chocolatierblue.com



サンフランシスコ

ローカル
おすすめ!

イチオシ!

グルメNavi

豊かな大地と海に恵まれたサンフランシスコは、西海岸きってのグルメシティ。「食都」と称されるこの街には、味にうるさいローカルをうならせるレストランが集まっている。

味も値段も
食べれば納得
の店ばかりさ



新鮮な
地元産を
使ってる



絶景レストランで味わう シーフード

サンフランシスコに来たらやっぱりシーフードは
欠かせない! 海沿いのナイスビューレストランで
食べたら、おいしさもアップ。

ベイブリッジを見上げる
迫力の眺望

おすすめMENU
●キングサーモン・のスモーク \$19
●トンボマグロのグリル \$39



1 ベイブリッジを間近に見上げる、人気のテラス席 2 地元産タラの野菜添えは色がキレイ 3 ハッピーアワーには、近隣の会社に向けるビジネスパーソンがいっぱい 4 迫力満点のクリスマスソフトシェルクラブ

フェリービルディング 3F MAP P.98 H-2

ウォーターバー

Waterbar

潮風の香りを楽しみながら
シーフードを
ベイブリッジのたもとにあって眺望は抜群。
地元雑誌でベストビューレストランにも選ばれた、レンガ造りのレトロな建物がおしゃれな店。新鮮な魚貝類や地元産のオーガニック食材を使った料理は、ローカルにも評判。カキが\$1.05で食べられるハッピーアワーも見逃せない。キッズメニューあり。

399 The Embarcadero
415-284-9922 11:30~22:00 (日・月曜~21:00)
無休 国L \$24~、D \$44~ 5V、M、A
www.waterbarsf.com

フィッシャーメンズ・ワーフ MAP P.100 F-1、P.74

スコマズ

Scoma's

桟橋の上にある人気レストラン

窓の外に港の風景を眺め、船のダイニングのような内装も港町ムード満点。新鮮な魚介を用い、素材の味を生かして作るシンプルな料理が評判だ。イタリア風の料理が多く、魚介をトマトで煮込んだ「漁師のシチュー (Lazy Man's Cioppino)」\$43は看板メニュー。キッズメニューあり。



サクサクに
揚げたエビが
美味

1965 Al Scoma Way 4 ケーブルカーPowell-Hyde線
Beach St&Hyde St側のターンテーブルから徒歩7分

415-771-4383 11:30~21:30 (金・土曜~22:00)、バーは11:00~

無休 国L \$35~、D \$60~ 5V、M、A、J 2 www.scomas.com

1 クリスピー・シュリンプ・トルバード。ライスタピオカ粉の衣で揚げてサクサクに 2 1965年の開店以来、親しみやすい雰囲気と眺望、料理が評判 3 魚、ムール貝など魚介がたっぷりのアクアパッツァ

おすすめMENU

●ホタテ貝とエビのソテー \$35
●ダンジネスクラブのカクテル \$21



新鮮な魚介の
おいしさがギュッ!

ソフトシェルクラブは
ローカルも
大好き





マクロと野菜が
絶妙のバランス



おすすめMENU

- 炙りマクロの野菜とひよこ豆添え \$26
- イワシの燻製とヤギのチーズ \$11

1 香草のセランチュラにモンテチゴチーズをのせたシーザーサラダ 2 表面を少しあぶったマクロに野菜や豆を添えたひと皿 3 右手の白い壁に上映される往年の映画も人気

Navi カラダが喜ぶ自然の恵み
2 オーガニック

サンフランシスコはオーガニックとヘルシーに
こだわったレストランがいっぱい。旅の途中で、
カラダの中からきれいになろう!

ミッション MAP P.101 D-4

フォーリン・シネマ

Foreign Cinema

映画を見ながらディナーを

料理の約80%はオーガニックという、素材にこだわったカリフォルニア料理の店。その味は、1999年のオープン以来、国内外で高い評価を得ている。中庭の白壁に映画を上映する趣向も人気で、中庭席から埋まっていくほど。

2534 Mission St
24th St Mission 駅から徒歩7分 415-648-7600
17:30~22:00 (木~土曜~23:00、ランチ土・日曜11:00~14:30) 3休 日 \$35~
V. M. A
www.foreigncinema.com



フォート・メイソン MAP P.98 F-1

グリーンス・レストラン

Greens Restaurant

ベジタリアン・レストランの代表格

1979年オープン。小規模農家やファーマーズ・マーケットで揃える食材は、ほとんどオーガニックだ。見た目はシンプルだが、料理はいずれもボリュームがあって、素材の味がしっかり引き出されている。

2 Marina Blvd. Fort Mason Building A 2 フィッシャー・マンズ・ワーフから徒歩20分 415-771-6222 11:30~14:30、17:30~21:00 (金~日曜17:00~、ランチは日曜の10:30~14:00) 3月曜のランチ 日 \$25~、D \$36~ V. M. A
www.greensrestaurant.com



おすすめMENU

- 季節のチーズの盛り合わせ \$16
- キノコ、野菜、グラスヌードルの炒めもの \$28



軽い食べ心地で
1枚をヘロリと完食!

ドッグパッチ MAP P.98 H-5

ピッチーノ

Piccino

地元で人気の絶品ピザ

2006年に2人の女性がオープンさせたイタリアン。仲のよい友人の家に招かれたような心地よい空間と、オーガニックの食材を使ったシンプルで美しい料理が特徴だ。旬の食材を使った季節のピザがおすすめ。

1001 Minnesota St ミュニメトロT線3rd St & 20th Stから徒歩5分 415-824-4224
11:00~22:00 3月曜
日 \$21~、D \$30~ V. M
www.piccinocafe.com

おすすめMENU

- パジルとチーズのピザ \$18
- キュウリや柑橘類のサラダ \$6



1 食材は地元の小規模農家から直接買い入れる。クリスピーな生地のシンプルなピザは絶品 2 木を基調にしたあたたかい雰囲気店内。オープンキッチンに面したカウンター席もある 3 みずみずしい野菜のサラダ



ベジタリアンじゃなくても
大満足の味とボリューム

1 倉庫を改装した店内。大きなガラス張りの窓からは、サンフランシスコ湾が一望できる 2 季節によって仕入れる野菜が異なるので、メニューはほぼ日替わり 3 旬の旨みを感じられる串焼き



ベテランシェフの
シンプルな料理が魅力

カキの
食べ比べも
できる

- 1 さまざまな産地のカキが揃っている
- 2 スーニーカフェオリジナルのワインも
- 3 小さな入り口の奥にある広いバーカウンターが特徴的
- 4 三角形の特徴的な外観が目印



ヘイズ・パレー MAP P.98 F-4

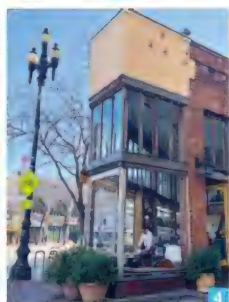
ズーニーカフェ

Zuni Café

素材の旨みを大切にした老舗の味

1979年にオープンしたカリフォルニア料理の老舗。元シェパニースに勤めていたシェフとパートナーが30年前に始めた店だが、長年地元の人たちに愛され続けている。オーガニック食材を使ったシンプルな料理が特徴だ。屋外の席は予約なしでもOK。

1658 Market St
ミューニメトロVan Nessから徒歩3分
415-552-2522 11:30~23:00 (金・土曜~24:00、日曜11:00~)
月曜 415-552-2522 V、M zunicafe.com



- おすすめMENU
- 地元産のキングサーモンのグリル \$34
 - ローストチキン (2人前) \$63

Navi 3 カリフォルニア料理

洗練された“食都”の味

新鮮な海の幸や野菜を使った、伝統にとらわれず、自由な発想で作られたものがカリフォルニア料理。新鮮かつヘルシー！が身上了。

目でも舌でも
料理を
楽しんで

オーガニック野菜の
力強い味と香り



おすすめMENU

- 川魚のスモーク、パールオニオンのフライ、バターミルク添え
- ロースト・ベビービーツ



ユニオン・スクエア MAP P.100 E-3

サンズ&ドーターズ

Sons & Daughters

野菜が主役の洗練された美しい料理

ミシュラン1つ星を獲得、グルメ誌などで絶賛されているレストラン。メニューはコースのみで、前菜からデザートまで7品が登場。どの料理にも、自社農場のオーガニック野菜や果物をふんだんに使用する。ひと皿ごとに野菜のおいしさに目覚めるはず！

708 Bush St ユニオン・スクエアから徒歩9分 415-391-8311 17:00~21:30 月・火曜 テイスティングメニュー \$145 V、M、A www.sonsanddaughterssf.com

1 香り高くスモークした川魚。サクサクのオニオンや花で彩り美しく 2 ローストしたビーツにハーブを添えて 28席のこじんまりとした店で雰囲気もサービスも上質。少しおしゃれして行こう。要予約



ヘイトアシュベリー MAP P.98 E-4

ノーパ

Nopa

高感度な人々が集まる超人気のレストラン。サンフランシスコでも、予約の取りにくいレストランとして知られる。メニューはいずれも飾り気がなくシンプル。しかし、地元産の季節の食材を薪でいねいに作り上げたそれらの料理は、舌に優しく味わい深い。

560 Divisadero St ミューニバス21番Divisadero St & Hayes Stからすぐ 415-864-8643 18:00~24:00 (金・土曜~翌1:00、ランチは土・日曜11:00~14:30) 無休 415-864-8643 V、M www.nopasf.com

1 オープンするとすぐに入でいっぱい 2 鮭の薪ロースト野菜添え。食材や調理方法にもこだわっている 3 アヒル肉のローストは皮はパリっと中はジュシー

- おすすめMENU
- アヒルのもも肉のロースト、野菜添え \$38
 - マスの燻製、マンガリンなどを添えて



アヒルのもも肉のロースト
も人気

ボリューム満点の
アメリカンサイズ！



ゆっくりと
入れるのが
コツね



ミッション MAP P.101 D-2・P.84

フォーバレル・コーヒー

Four Barrel Coffee

ベイエリアのコーヒー熱に
拍車をかける

今いちばんホットなエリアといわれる
ミッションに、2008年オープン。以来、
高感度なローカルの心をとらえて離さない
のがこのカフェだ。豆や焙煎から入れ方
にいたるまで、どの段階でも手を抜か
ないこだわりの味は、毎日開店直後から行列
ができることでもうかがえる。

375 Valencia St. ミュニメトロF線Market St
& Gough Stから徒歩6分 ☎415-252-0800
7:00~20:00 日無休
V、M fourbarrelcoffee.com



おいしさの秘密

バックヤードには
巨大な焙煎機があり、
スタッフが付き
っきりで行程を見
守る。焙煎時間で
風味が変わるので、
常に真剣勝負だ。



落ち着いた空間で
本格コーヒーを

おいしくってスタイリッシュ 5グルメコーヒーの店

めまぐるしく進化を続けるサンフランシスコのコーヒーシーン。
そのなかであって、深煎りコーヒーを愛してやまないローカルが
太鼓判を押す人気のカフェを紹介しよう。

New Wave

ロボットカフェ
無人キャッシュレスコンビニ

サンフランシスコの新たな波

著名なIT企業の本社が集中し、「新たなモノが生ま
れるエリア」として知られるサンフランシスコ・ベイ
エリア。そこで近年注目を集めているのが、コーヒ
ーやハンバーガーをロボットがつくる店や無人のコ
ンビニだ。話題の店を集めてみた。

クリエイター Creator

MAP P.100 H-5

バーガー製造機がパンズやバテ、
野菜、チーズなどを重ねていく
様子が丸見え。→P.69

URL creator.rest



カフェX Café X

MAP P.97 B-4

2018年にサンフランシスコに登場したこの店がト
レンドの火付け役。ロボットバリスタがコーヒーを
つくる。現在はサンフランシスコ空港とサンノゼ空
港の搭乗フロアにあるのみ。URL cafexapp.com/



アマゾンGo Amazon Go

MAP P.100 H-2ほか

入店時に専用のアプリを機械に
かざせば、店内の購買シーンを
カメラで確認されるので、商品
を持ってそのまま出られる無人
コンビニ。URL www.amazon.com/



こちらおすすめ

ヨーカイ・エクスプレス Yokaï Express

45秒待つだけで熱々のラーメン、うどん、フォー
が食べられるヌードル自動販売機。すべて生麺で
野菜やチャーシューもフレッシュ。

URL www.yokaïexpress.com/

ブレンディット Blendit

好きな野菜や果物をタブレットから選ぶと、ロボット
が食材を取り出しブレンドしてくれる。URL www.blendit.com

ソーマ MAP P.100 F-5

ブルーボトルコーヒー

Blue Bottle Coffee

新世代コーヒーのリーダー的存在

日本でも大人気の新世代コーヒーの雄。2002年
のオープンから、「焙煎してから48時間以内のコー
ヒーしか販売しない。上質のオーガニックで無農
薬、日陰栽培の豆しか使わない」というポリシーを
貫く。どの店も長蛇ができるほどの人気店だ。

66 Mint St. コニオン・スクエアから徒歩6分
☎510-653-3394 7:00~19:00
日無休 V、M
URL www.bluebottlecoffee.com

5

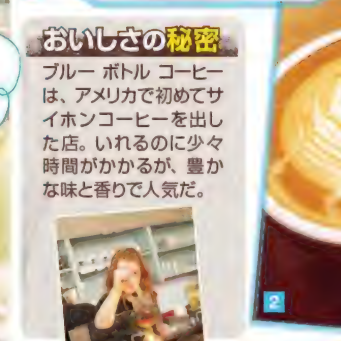
豆の個性を最大限
引き出す入れ方を実践



入れ方で味
はずいぶん
違いますよ



1好きなコーヒーをオーダーして、思い思いに時間を過ご
す 2深い味わいが魅力のカフェラテ。ラテアートもか
わいい 3週末は親子連れも多い。店内は、いつも人
でいっぱい 4ベルギースタイルのワッフルは人気の
朝食メニュー。コーヒーとの相性も抜群 5細かなオー
ダーにも笑顔で応えるスタッフ



おいしさの秘密

ブルー ボトル コーヒー
は、アメリカで初めてサイ
ホンコーヒーを出した店。
入れるのに少々
時間がかかるが、豊かな
味と香りで人気だ。





不思議？目の前で
作るアイスクリーム

ヘイズ・バレー MAP P.85

スミッテン・アイスクリーム

Smitten Ice Cream

オーダーメイド&作りたて

素材となるクリームなどを超低温の液体窒素を利用した専用マシンに入れたら不思議、目の前でアイスクリームが出来上がり！ クリームは地元の牧場から取り寄せており、とろけるような舌触り、コクのある風味が絶品。

432 Octavia St #1A
コミュニティロフト隣 Market St & Gough Stから徒歩7分
415-863-1518 12:00～22:00 (木～土曜～23:00)
無休 不可 smittenicecream.com

1 バニラ、チョコレートなどのほか季節のフルーツ風味も登場 2 スモールはどのフレーバーも\$7
3 女性オーナーがリヤカーからスタートした店。ロゴにリヤカーの絵が 4 コンテナを改装したお店



定番人気の
塩キャラメル
のフレーバー

Ice Cream

ほっぺかゆるむ♡
魅惑のジェラート

Italian gelato

ユニオン・ストリート MAP P.101 B-3 P.83

ジオ・ジェラティ

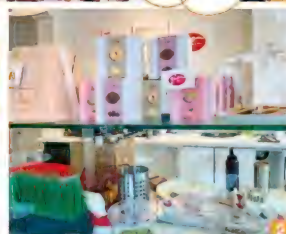
Gio Gelati

ねっとりとした食感が人気

本格的なイタリアンジェラートの店。カリフォルニア産の食材にこだわり、アイスクリームより少しねばり気のある食感が人気。エスプレッソなどのドリンクやクッキーも販売し、イートインスペースもある。

1998 Union St 415-867-1306 10:00～22:00 (金・土曜～23:00)
無休 V, M giogelati.com

1 食材にこだわった滑らかなジェラートはフレーバーも豊富
2 イタリアンクッキーやケーキなどもある
3 ストリート角に構える白とピンクを基調とした外観



本格派の
イタリアン
ジェラート
をどうぞ

材料をマシン
に入れ液体窒
素で冷やして
攪拌



スミッテン・
アイスクリームは
こうしてできる!!

液体窒素の
煙がモクモク。60秒で
できあがり

おみやげにおすすめ!

さまざまな
チョコレートが並
ぶ店内。おす
めはバーン
キャラメルとフ
ラックボックス

サンフランシスコ発の
チョコレート屋さん!!

フェリービルディング MAP P.98 H-2

リキュイッティ コンフェクション

Recchiuti Confections

高級アルティザントリュフ

手作り、少量生産がモットーのトリュフチョコで、サンフランシスコのバイオニア的存在。濃厚でメルティングなチョコとフルーツ、スパイスの絶妙なコラボは他で味わえない。

One Ferry Building, Shop #30 (フェリービル店)
コミュニティロフト隣から徒歩12分 415-834-9494
10:00～19:00 (土曜8:00～18:00、日曜～17:00)
無休 V, M recchiuti.com



1 味だけではなく見た目もかわい
2 高級感あふれる箱入りは16個入り\$45



オーガニック素材で
フレッシュ&クリーミー



ミッション MAP P.101 C-3 P.84

バイライト・クリマリー

Bi-Rite Creamery

クリーミーな絶品アイスクリーム

ミッションにあるオーガニック食品品店が経営。毎日手作りするアイスクリームが約15～20種類揃い、試食もOKだ。ミルクや果物などの素材は、すべて近郊のものを使用。素材の味を生かしたクリーミーなアイスクリームは病みつき!

3692 18th St 415-626-5600
18th Stから徒歩3分 415-626-5600
11:00～22:00 無休 不可
bintcreamery.com



1 サイズ、フレーバー、カップをコーンを選んでオーダー
2 シングル\$3.50でフレーバーを2種類まで選べる
3 店の外まで行列ができる人気店

複数のフ
レーバーを組み
合わせて

Ice Cream

San Francisco

ホテル

街歩きするのに超便利!

セレクション

観光都市として人気が高いサンフランシスコは、ユニオン・スクエア周辺とフィッシャー・マンズ・ウーフ近くにホテルが集中している。観光に買い物、食事に便利なホテルを選んで旅をエンジョイ!

エグゼクティブ ホテル ヴィンテージコート・サンフランシスコ

Executive Hotel Vintage Court San Francisco

MAP P.100 F-3

ユニオン・スクエア

ユニオン・スクエアとチャイナタウンまで2ブロック、ケーブルカー乗り場も近い抜群のロケーション。設備の整った客室は落ち着いた雰囲気、暖炉のあるロビーも居心地がいい。ワインがテーマの一つで、毎日夕方に行うワイン試飲のサービスも楽しみ。

〒650 Bush St ②ユニオン・スクエアから徒歩5分
☎415-392-4666 ③106室 ④\$129~399
⑤V、M、A、J URL www.executivehotels.net/sanfranciscohotel

①暖炉の周りにソファが置かれ家庭のリビングのように居心地のいいロビー。フレンドリーなスタッフが迎えてくれる ②グリーンを基調に、ダークウッドの家具を配置した落ち着いた雰囲気の客室 ③1階のダイニングルームでは朝食やコーヒーを用意。コンチネンタル・ブレイクファスト\$8.95など ④ヨーロッパスタイルのエlegantな客室インテリア

毎晩行うワイン・ディスタインクが好評
おしゃれなラティックホテル



ヒッチコック映画をテーマにした
モダンで快適なデザイナーズホテル

ヴァーティゴ・サンフランシスコ

Hotel Vertigo San Francisco

サスペンスの巨匠ヒッチコック監督の、サンフランシスコを舞台にした映画『めまい』がテーマ。シンプルな客室に鮮やかなオレンジの家具や室内装飾、デコラティブな調度品が配され、独特の雰囲気を醸し出す。バスルーム&シャワーなどの客室設備も清潔で快適。

①モダンでシンプルな空間にオレンジ色がアクセントになった客室

MAP P.98 F-3

ノブ・ヒル

〒940 Sutter St ②ユニオン・スクエアから徒歩12分
☎415-885-6800 ③102室
④\$139~309 ⑤V、M、A、J
URL www.hotelvertigosf.com

②ロビーでは映画『めまい』のDVDが流れている
③ユニオン・スクエアに近く観光にもビジネスにも便利な立地

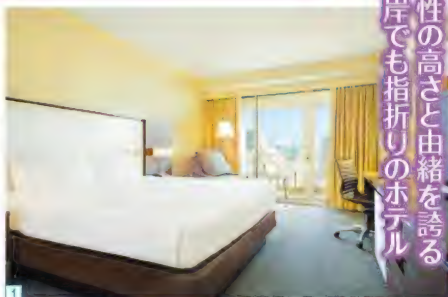
ヒルトン・サンフランシスコ・ユニオン・スクエア

Hilton San Francisco Union Square

MAP P.100 E-4 / P.81 ユニオン・スクエア

ダウンタウンの中心エリアに位置し、どこへ行くのも便利。ダブルベッドのツインルームは全室バスが付いていて、日本人には人気が高い。Wi-Fiもロビーでは無料で利用できる。

〒333 O'Farrell St
②ユニオン・スクエアから徒歩5分
☎415-771-1400
③1908室
④\$189~⑤V、M、A、J
URL www.hiltonsanfranciscohotel.com



①清潔感あふれる客室。アメニティも充実。きめ細やかなサービスを提供している

利便性の高さと由緒を誇る
西海岸でも屈指のホテル



②朝食バイキングは料理の種類もバラエティ豊か ③16階にはプールがあり、とても気持ちよく、のんびりしたい人にはいい



ホワイト・スワン・イン

White Swan Inn

MAP P.100 E-3 ユニオン・スクエア

英国田舎家風のプチホテル

ユニオン・スクエアの近くに位置するアットホームなホテル。エレガントな雰囲気にとめられた客室は女子好み。キッシュやソーセージ、フルーツなどが用意された朝食が好評。



〒845 Bush St ☎ユニオン・スクエアから徒歩6分 ☎415-775-1755
館26室 国Q/T\$160.65〜 カV、M、A、J URL www.whiteswaninnsf.com

エンブレム・サンフランシスコ

Hotel Emblem San Francisco

MAP P.100 F-3 / P.81 ユニオン・スクエア

街の歴史を体感できるホテル

サンフランシスコの1920〜30年代の芸術と文学にインスピレーションを受けたブティックホテル。アンティーク調の内装でレトロな趣たっぷり。スタッフの温かな対応も心地いい。



〒562 Sutter St ☎ユニオン・スクエアから徒歩3分 ☎415-433-4434 館86室 国S\$398〜
カV、M、A、J URL www.viceroyhotelsandresorts.com/emblem

ヴィタール

Hotel Vitale

MAP P.98 H-2 ファイナンシャル・ディストリクト

ウォーターフロントで眺望は抜群

客室は壁一面の大きな窓が明るくて開放的。上層階の客室からは海や橋やアルカトラズ島が見える。落ち着いた優雅さの中にもスタイリッシュでエコ・フレンドリーな雰囲気。



〒8 Mission St ☎フェリービルディングから徒歩3分 ☎415-278-3700
館200室 国D+D\$299〜 カV、M、A、J URL www.hotelvitale.com

W サンフランシスコ

W San Francisco

MAP P.100 H-5 / P.81 ザーマ

美術館や博物館にも近い立地

サンフランシスコ近代美術館に隣接するホテルで、機能美を備えた近代的な空間が魅力。「リビングルーム」と呼ぶ、3階吹き抜けのロビーは、インターネットも無料で利用可能。



〒181 3rd St ☎ユニオン・スクエアから徒歩7分 ☎415-777-5300 館404室
国S\$219〜 カV、M、A、J URL www.wsanfrancisco.com

Hotel アドバイス Part 2

■チップの目安

ベルボーイに荷物を運んでもらったら荷物1個につき\$1〜2、何か持ってきてもらうなど頼みごとをしたら\$1〜2、ルームサービスは料金の15%が目安。ベッドメイキングはベッド1台につき\$1〜2を枕の上に。

■ホテルの部屋も禁煙です

ホテルは基本的に客室も禁煙。喫煙可の部屋を備えるホテルは少ないが、希望なら予約時に確認しよう。

■ホテルの宿泊税

多くのホテルがルーム・チャージに宿泊税14〜16%が加算される。ホテルによって税率が異なるので事前に確認を。

■Hotel アドバイス Part 1 →P.57

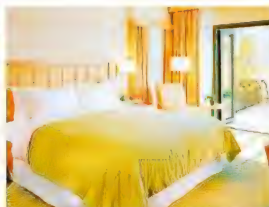
オーチャード・ガーデン

Orchard Garden Hotel

MAP P.100 G-3 ユニオン・スクエア

エココンシャスなホテル

環境保護をコンセプトに建てられたホテル。建物に使っているコンクリートはリサイクル素材。アメニティもオーガニック製品を揃えている。全室ノースモーキング。



〒466 Bush St ☎ユニオン・スクエアから徒歩5分 ☎415-399-9807 館86室 国D+D\$179〜
カV、M、A URL www.theorchardgardenhotel.com

プティット・オーベルジュ

Petite Auberge

MAP P.100 E-3 ユニオン・スクエア

ロマンティックなひとときを過ごす

自家製朝食やタラのオードブルとワインのおもてなしがうれしいフレンチ・テイストの優雅なホテル。客室ごとに異なるチャーム的な内装が女性やカップルに人気。



〒863 Bush St ☎ユニオン・スクエアから徒歩7分 ☎415-928-6000
館26室 国Q/T\$143.65〜 カV、M、A、J URL www.petiteaubergesf.com

ハーバーコート

Harbor Court

MAP P.98 H-2 ファイナンシャル・ディストリクト

観光に抜群のロケーション

ベイブリッジ望むオーシャン・ビューは最高。客室は、ゴールドとパープルを基調とした豪華な内装が印象的。ユニオン・スクエアやノースビーチからのアクセスもいい。



〒165 Steuart St ☎フェリービルディングから徒歩5分 ☎415-882-1300
館131室 国S\$229〜 カV、M、A、J URL www.harborcourthotel.com

クィーン・アン

Queen Anne

MAP P.101 B-5 バシフィック・ハイツ

歴史あるクラシックホテル

館内は細かなディテールにこだわった重厚感があるインテリアが配されている。客室により内装は異なるが、それぞれビクトリア調のアンティーク家具が置かれ清楚な印象。



〒1590 Sutter St ☎ジャパニセンタースから徒歩5分 ☎415-441-2828
館48室 国K\$125〜 カV、M、A、J URL www.queenanne.com

アルゴノート

Argonaut Hotel

MAP P.100 E-1 / P.74 フィッシャー・マンズ・ワーフ

海をイメージした客室は個性豊か

倉庫として使われていた建物を「船・海事」をテーマに改築したユニークなホテル。ほとんどの客室からサンフランシスコ湾が見える。毎晩行われるワイン・テイastingが好評。



〒495 Jefferson St ☎ケーブルカーPowell-Hyde線Hyde St & Beach Stからすぐ ☎415-563-0800
館252室 国D+D\$219〜 カV、M、A、J URL www.argonauthotel.com

サンフランシスコの 市内交通

サンフランシスコの観光スポットは中心部に集まっているので、歩いて回るのも楽しい。坂の多い街で活躍するケーブルカーは観光の目玉だ。ミュニメトロ(路面電車)やバスも上手に活用したい。パークレーやミッションなどの郊外へはパートで。

ミュニメトロ Muni Metro



カラフルな車体のF線は、観光に便利な路線

市が運営する路面電車で8路線ある。多くの路線は、ダウンタウンではマーケットストリートの地下を走り、それ以外では地上を走っている。料金は1回\$3(クリッパーカード\$2.50)。駅の券売機でチケットを購入するか、先頭車両から乗車して現金で支払い、トランスファーチケットをもらう。車内ではおつりは出ない。

URL www.sfmta.com

ミュニバス Muni Bus

市が運営する路線バス。路線が複雑なので、公式サイトなどのルート検索を活用しよう。料金は1回\$3(クリッパーカード\$2.50)。現金の場合は、前のドアから乗車し、運賃箱へ入れて、トランスファーチケットを受け取る。おつりは出ないので小銭の用意を。クリッパーカードは読取機へタッチ。2時間以内なら何回でもミュニメトロやミュニバスへ乗り換えられる。

URL www.sfmta.com



路線が複雑なので乗車前には確認を

便利なキップを利用しよう

(購入場所)

観光案内所やMTAのキオスクなどで販売。クリッパーカードはミュニメトロやパートの駅でも購入可能。

クリッパーカード Clipper Card

ミュニメトロやミュニバス、ケーブルカー、パートなどで使えるプリペイド式ICカード。カード代金は通常\$3。入金は駅の券売機や窓口などで。乗車時と降車時には改札機や運賃箱にあるカード読み取り部にタッチする。URL www.clippercard.com

ミュニパスポート Muni Passport

ミュニメトロ、ミュニバス、ケーブルカーに乗り放題のパス。1、3、7日の3種類あり、1日券は\$22(クリッパーカード\$13)。

ミュニモバイル MuniMobile

チケットやミュニバスポートで購入できる公式アプリ。アカウントとクレジットカード登録が必要。乗車前にチケットの有効化をする。

ケーブルカー Cable Car

交通手段としてよりも、観光として人気があるため、いつも混み合っている。路線は、ユニオンスクエア南のパウエル・ストリート&マーケットストリートからフィッシャー・マンズ・ワーフまでを南北に結ぶパウエル・ハイド線(P/H線)とパウエル・メイソン線(P/M線)、カリフォルニア・ストリートを東西に走るカリフォルニア線(C線)の3つ。6:00頃~深夜0:30頃まで、約10分間隔で運行。料金は1回\$8で、発着所にあるブースでチケットを購入するか、乗車してから車掌に支払う。ミュニバスポートやクリッパーカードも使える。ミュニバスやミュニメトロとの無料乗り換えはできない。

URL www.sfmta.com

サンフランシスコ名物のケーブルカー。ステップ乗車するときは車に気を付けて



パート BART

サンフランシスコとパークレーやオークランドなどの近郊を結ぶ高速鉄道。ダウンタウンではマーケットストリートの地下を走っている。乗車には券売機でチケットを購入するか、クリッパーカードが必要。紙のチケットは1回50¢の追加料金がかかり、駅によっては購入できないこともある。ミュニバスポートは使えない。URL www.bart.gov

タクシー Taxi

流しのタクシーは少ないので、ホテルやタクシー乗り場から利用する。レストランなどでは電話で呼んでもらおう。夜遅くなった場合は安全のため必ず利用したい。初乗り料金は\$3.50。料金の15%程度のチップを忘れずに。

観光案内所はこちら

サンフランシスコ・ビジター・インフォメーション・センター

MAP P.100 F-5

Moscone Center, 749 Howard St.

9:00~17:00 (土・日曜、祝日~15:00)

無休

※フィッシャー・マンズ・ワーフやユニオンスクエアにもあり



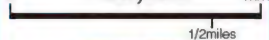












サンフランシスコ

SAN FRANCISCO

1:30,000



周辺図 P.97

-  観光スポットなど
  レストラン
-  ホテル
  エンターテイメント
-  デパート
  ナイトスポット
-  ショップ
  スターバックス





ヨセミテ国立公園 Yosemite National Park

San Franciscoから 足をのばして

サンフランシスコを拠点に周辺のスポットへ足をのばしてみよう。おすすめは、大自然が堪能できるヨセミテ国立公園とワインの里、ナバとソノマダ。

圧巻の絶景に遊ぶ

イエローストーン、グランド・キャニオンと並び、アメリカの三大国立公園に数えられるヨセミテ。ここは、大地のエネルギーと生命力を、体いっぱい受け止められる国立公園だ

サンフランシスコから車で4時間半

世界遺産

TOPICS

落差739mで世界第8位の ヨセミテ滝

落差の大きい滝ベスト10で、堂々8位のヨセミテ滝。垂直に落下する直瀑ではリボン滝が4位、ヨセミテ滝のアップー滝が18位など、ヨセミテ国立公園にはダイナミックな滝が多い。とくに雪解け水で水量が増える5、6月は、迫力満点の滝がいくつも見られる。

写真提供：カリフォルニア観光局 Mering

ヨセミテのキホン

園内の交通

中心のヨセミテ・バレー内は無料のシャトルが走っていて、ホテルや観光案内所など主要な施設を結んでいる。もちろん車での移動も可能。駐車場も整備されているので便利。園内は一方通行が多く、給油所も限られているので注意しよう。ビジター・センターで手に入る「Yosemite Guide」にはマップやシャトル、アクティビティ情報も載っている。ヨセミテ・バレー・ロッジにはレンタサイクルもあるので（冬を除く）利用したい。

アクセス

ヨセミテへは、サンフランシスコからレンタカーかツアーで行くのが一般的。サンフランシスコからのツアーは、グレイライン・ツアーやH.I.S.などが、日帰りから泊まりがけまでさまざまなものを用意している。レンタカーの場合は、サンフランシスコから80号に乗ってベイブリッジをわたり、580号～205号～120号を経由して行けば、公園西口のビッグ・オーク・フラット・エントランスに到着する。所要時間は約4時間半。11～4月は閉鎖される道路もあるので、注意したい。冬季はチェーンが必要なので忘れずに。

入園料

車1台\$35。バイクは1台\$30。徒歩、自転車は1人\$20（15歳以下は無料）。いずれも7日間有効。

気候と服装

雪が解けた5～10月がシーズン。夏場でも朝晩の気温の変化は激しいので、防寒対策を忘れずに。11～4月には降雪のため封鎖される道もあるが、ヨセミテ・バレーは1年中開いている。また、この時期は雨期も重なるため、厚手のジャケットに雨具が必携。

東京都の1.4倍という広大な敷地に広がるヨセミテには、さまざまな景勝地が点在している。縦横無尽に走る100以上のトレイルもある。まずは行きたいところ、体験したいアクティビティをチェック。効率よく、大自然が生み出した美しさを楽しもう。

カリフォルニア州の東の端に位置するヨセミテ国立公園は、海の底が隆起してできた標高3000mを超える険しい岩山と、深い森に抱かれた渓谷が作り出す荘厳な風景が魅力の国立公園だ。100万年前に氷河がすべり落ちてできたU字型の深い渓谷と、そそり立つ山脈のコントラストは、変化に富み美しさを持ち、写真家のアンセル・アダムスが愛したことで広く知られている。

深い渓谷とそそり立つ山脈のコントラストが美しい

ヨセミテ・バレー・
ビジター・センター
Yosemite Valley Visitor Center

地図や各種アクティビティの情報を入手できる。

MAP P.103

☎209-372-0200 ☎9:00～17:00（夏季～19:00）

☎無休 ☎www.nps.gov/yose

絶対ハズせない! VIEW POINT 5

ヨセミテ国立公園の見どころのなかでも、絶対にはずせない場所は次の5つ。どれも、大自然の迫力と美しさを実感できるはずだ。



眼前に雄大な
光景が広がる

グレイシャー・ポイント Glacier Point

MAP P.103

ヨセミテ・バレーから車で約1時間のところにあるポイントで夏なら絶対にはずせないスポット。絶壁上の展望台からは、正面にハーフ・ドームが迫り、ヨセミテの全容が見渡せる。降雪時(通常は11月~初夏)は閉鎖される。

ヨセミテ滝 Yosemite Falls

MAP P.103

3段に分かれた落差739mの滝。ヨセミテビレッジから歩いてロウアー・ヨセミテ滝の滝壺まで行ける。雪解けの5~6月は水量が多いが、8月には枯れることも。西側に滝の上まで行けるトレイルがあるが中級者以上向きだ。



割れたような形が
迫力満点

ハーフ・ドーム Half Dome

MAP P.103

ヨセミテ・バレーの東端に立つ、標高2693mのヨセミテを象徴する岩山。円頂形のドームが氷河によって半分削り取られ、今の形に。グレイシャー・ポイントからはその形がよく分かり、ハーフ・ドームと呼ばれる。登山は上級者向き。



近くで見ると
巨大さに圧倒される

エル・キャピタン El Capitan

MAP P.103

天にそそり立つ花崗岩の一枚岩。高さは約1kmにも及び、一枚岩としては世界最大だ。ロック・クライマーの聖地として、世界中の愛好家から「エル・キャップ」と呼ばれている。肉眼でも、下からクライマーが登る姿を見ることができる。

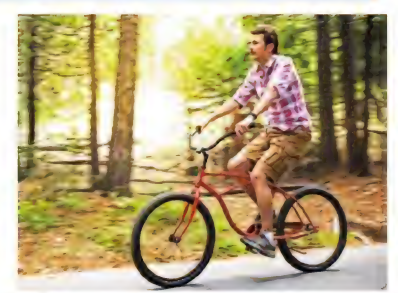


周辺の見どころが
見渡せるポイント

トンネル・ビュー Tunnel View

MAP P.103

アンセル・アダムスが愛したことでも有名な、ヨセミテを代表するポイント。ハーフ・ドーム、エル・キャピタン、クラウド・レスト、カセドラル・ロック、ブライダルベール滝など、周辺の見どころがほとんど見渡せる。



全長20kmのサイクリング・ロードが整備されているので、自由気ままにサイクリングを楽しむのもおすすめ

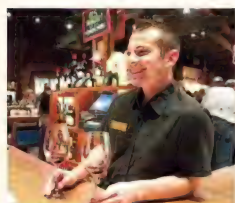


San Franciscoから
足をのばして

カリフォルニア ワイナリーめぐり

California Winery

- 1 たわわに実ったブドウは、ていねいに摘み取られておいしいワインになる
- 2 線におおわれたヴィンヤードの庭
- 3 どこまでも広がるブドウ畑は、ワインカントリーらしい光景
- 4 ヴィンヤードの庭で、ワインを楽しみながらピクニック
- 5 ソノマのシミは150年近い歴史をもつ老舗のワイナリー
- 6 ヴィンヤードのテイスティングルームで出会った親子。家族でワイナリーめぐりをしているという



スタッフはワインのプロ。分からないことは聞いてみよう

テイスティングに挑戦してみよう

まずは、カウンターにいるスタッフに、テイスティングしたい旨を伝える。ワインの注いでもらうときは、グラスはテーブルに置いたまま。飲むときは、グラスのステム(足)を持つ。グラスを手のひらで包むように持つのはNG。適度で注がれた白ワインは温度が上がってしまい、本来の味わいを損なうことにもなりかねない。ワインを味わったあとは、片言でも「グッド」「デリシャス」など感想を述べよう。有料試飲の場合、グラスをおみやげにしてくれるところも。



ラベルを見れば、おおよそのことが分かる

収穫年 この年に収穫したブドウを95%以上使用しているということ

ブランド名 小さなワイナリーの場合、ブランド名とワイナリー名が同じ場合もある

原産地名 原産地の呼称の場合は85%以上が、畑の名前が記されている場合は95%以上が、そこで獲れたブドウを使っているということ

ラベルの見方を覚えよう!

ブドウの品種 表示された品種を95%以上使用しているということ

カリフォルニアはワイン造りに最適
気候に恵まれたカリフォルニアでは、ブドウの収穫時期に雨がほとんど降らないため、完熟するのを待つ収穫することが出来る。このため、カリフォルニアワインは果実味にあふれた味わいになるといわれている。また、歴史や伝統にしばられず、新しい試みに挑戦できる点も特徴で、これが価格の安定にもつながっているという。

カリフォルニアワインの本当の魅力を知るために、まずはワイナリーに足を運んでみよう。

カリフォルニアの主な品種

最近、イタリアやフランスのブドウの品種も栽培されるようになったが、ここでは土着を含む、もっともポピュラーな品種を紹介しよう。

赤ワイン

カベルネ・ソーヴィニオン Cabernet Sauvignon

高級赤ワインのキングともいわれる。温暖な気候を好み、芳醇でタンニンのしっかりしたワインになる。

メルロー Merlot

カベルネより渋みが控え目で甘みのあるワイン。カリフォルニアで人氣が急上昇し、作付面積も増加。

ピノ・ノワール Pinot Noir

イチゴやスミレといった香りで表現される、軽やかでエレガントなワイン。冷涼な気候を好む。

ジンファンデル Zinfandel

カリフォルニア特有の品種。濃い色調で渋みが少なく、値段も手ごろ。ロゼワインにも使われる。

白ワイン

シャルドネ Chardonnay

高級白ワインのクイーンと呼ばれる。栽培地域や醸造方法で多岐にわたるスタイルが楽しめる。

ソーヴィニオン・ブラン Sauvignon Blanc

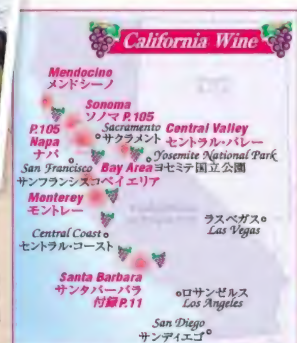
フレッシュでフルーティな味と香りが特徴。価格も手ごろなものが多く、初心者でも気軽に楽しめる。



サンタバーバラのサントーニ・ヴィンヤーズ・ワイナリー



ナバのロバート・モンダヴィは超有名



カリフォルニアワインの主な産地

カリフォルニアにはブドウ栽培に適した土地が多いが、代表的な産地は、メンドシーノ、ソノマ、ナバ、ベイエリア、モンテレー、サンタバーバラ、セントラルバレーなど。なかでも上質のワインの大半は、太平洋から冷涼な空気が流れ込む海岸沿いの谷と盆地で育まれている。

広い芝生の庭で
ピクニック



② ヴィサットウイの敷地には趣のある建物が多く、散策するのも楽しい ③ 値ごろ感のあるワインが多いのも嬉しい ④ 緑あふれる庭でワインを飲みながらランチ

サンフランシスコから1時間30分
著名なワイナリーが多い

ナバ Napa



アメリカが世界に誇る
ワインの里

ベイエリア屈指の観光地であるナバは、細長い盆地。正式にはナバレーと呼ばれ、ナバ、ヨウントビル、ラザフォード、オークビル、カリストガ、セントヘレナの6つの街で構成されている。メインストリートの29号沿いには、大小のワイナリーが個性を競っている。フランスのシャトーを思わせるワイナリーで優雅な気分につけたり、小さなワイナリーで造り手の思いを直に感じたり……。ゆつくりじっくり、リフォオルニアワインを楽しもう。



④ ならかな丘陵地にブドウ畑が広がる



⑤ スタッフの説明を聞きながらテイスティング

おみやげやデリも充実

ヴィサットウイ V Sattui

1882年にイタリアからサンフランシスコに来たワイン作り名人、ヴィットリオ・サットウイの名を冠したワイナリー。テイスティングできるほか、おみやげやデリも充実。

MAP P.105

セントヘレナ

1111 White Ln, St. Helena 707-963-7774

9:00~18:00 無休 日・V、M、A

URL www.vsatui.com

ナバのワインの特徴

内陸性の暑い気候とサンフランシスコ湾からの冷たい海風が寒暖の差を生むことから、カベルネ・ソーヴィニヨンやメルローを主体とした上質のワインを作るワイナリーが多い。

ナバへのAccess

サンフランシスコからナバへは、車で1時間30分ほど。ゴールデンゲートブリッジをわたって101号線を北上。37号、121号から29号へ進んでいけばナバに到着。



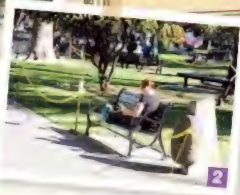
サンフランシスコから1時間
落ち着いた雰囲気の魅力

ソノマ Sonoma



小さくて個性的な
ワイナリーが集中

ナバ・バレーに隣接するソノマ・バレーと、北部のヒルズバークを中心としたエリアが、ソノマワインの中心地。そこに400軒以上のワイナリーが点在する。高品質なブドウを栽培し、少量を少しずつ丁寧に作る生産者が多く、それらを訪ね、お気に入りを見つけ出すのがソノマの楽しみだ。拠点にはヒルズバークがおすすめ。ソノマ郡のほぼ中央にあり、街の中心の小さな公園の周囲に、品のいいカフェやレストラン、かわいいショップが並び、街歩きも楽しい。



②



品質&コスパ◎で日本でも人気

シミ Simi

「価値あるワイン トップ100」に選ばれた実績のあるワイナリー。1876年創設の老舗で、レッドウッドの森にあるレンガ造りの醸造所や石積みのビジターセンターも雰囲気満点。

MAP P.105

ヒルズバーク

16275 Healdsburg Ave, Healdsburg 833-800-746-4880

10:00~17:00

無休 日・V、M

URL www.simiwinery.com



① 2 種やかなたずまのヒルズバークの街 ③ 軒家の趣をたえたシミ ④ ここでは出会えない希少なワインも用意 ⑤ ビジターセンターでテイスティング ⑥ オリジナルのロゴ入りグッズも各種販売。こちらはワインバッグ

ソノマへのAccess

車で行くのが一般的。ソノマ・バレーへは、サンフランシスコからゴールデンゲートブリッジをわたり、101号を北上したら、37号、121号を経由して12号を左折。ヒルズバークなど北部エリアへは、101号を北上する。



⑥

ソノマのワインの
特徴
霧が立ち上る海側と寒暖差のある内陸。それぞれの気候の影響のもと多彩なブドウが栽培されワインも多様。ピノ・ノワールやカベルネ・ソーヴィニヨン、シャルドネが主な品種。



③



多くの世界的IT企業が本社を置く

サンノゼ

シリコン・バレーの中心都市サンノゼ。博物館でハイテク技術を体験したり、IT企業のレア・アイテムをゲットするのもこの町の楽しみ。ITセレブが通うグルメな店も集中！

San Jose

ハイテク博物館は面白いよ

1 セントジョセフ・バシリカ大聖堂が立つサンノゼの中心部 2 ウィンチェスター・ミステリー・ハウスもサンノゼに 3 名門スタンフォード大学のモリアルチャーチ 4 著名人の写真がギャラリーのように並ぶカフェ・ラスカティ 5 アップルの本社はファン垂涎の「聖地」 6 サンノゼ美術館 7 アートギャラリーも人気



サンノゼへのACCESS

- 車で**
サンフランシスコから101号〜87号を南下。所要時間は約1時間
- カルトレインで**
サンフランシスコからカルトレインが1時間に2〜3本(週末は1本)運行。所要時間は1時間30分〜2時間
- 飛行機で**
羽田からANA直行便が毎日1便運航。所要約9時間25分

サンノゼの市内交通

市内にはダウンタウンを中心にVTA (Valley Transportation Authority) が運営するライトレールとバスが運行している。
[URL: www.vta.org](http://www.vta.org)

サンノゼ情報はここで

サンノゼ観光局 Team San Jose

408 Almaden Blvd
408-792-4511
800-SAN-JOSE
8:00〜17:00
土・日曜
www.sanjose.org

サンノゼってこんな街
カリフォルニア第3の都市で、シリコン・バレーの中心地。IT関連の企業が集中し、大きなコンベンション・センターがあるため、レストランやショッピングスポット、高級ホテルが充実している。
ダウンタウンは徒歩で充分回れる大きさで、整然として歩きやすい。観光は美術館や、シリコン・バレーならではのハイテク系博物館がオスス。アップルやインテルの本社&ショップは郊外にある。

サンノゼ国際空港が便利！

サンノゼのダウンタウンへは

サンノゼ国際空港へは、羽田からANAが直行便を運航。ターミナル向かいのGround Transportation CenterからVTA/バスの10番(無料)でMetro/Airport駅へ。ライトレールのWinchester行きやSanta Teresa行きに乗り換え、ダウンタウンのConvention Center駅まで約20分。タクシーなら10〜20分。料金は\$15〜20。

サンフランシスコへは

ダウンタウン同様に、VTA/バスの10番(無料)でSanta Clara駅まで行き、カルトレインに乗り換えて約2時間で到着。料金は\$10.5。空港シャトルなら市内まで1時間30分ほど。料金は行き先によって異なる。



ユニークな作品に注目してね

地元の子どもたちが写生中...

新進の現代アート作品を紹介
サンノゼ美術館
San Jose Museum of Art

西海岸で活動する現代アーティストを中心にユニークな作品を発掘、紹介している美術館。常設展と、約4カ月おきにテーマを変えた企画展があり、絵画、オブジェ、インスタレーションなど幅広い作品を展示している。



- 1 火～土曜13:00と14:30にボランティアによるガイド・ツアーが行われている。当日参加OK
- 2 小さな美術館だが内容は充実
- 3 時計塔のあるレンガの建物がサンノゼ美術館。街のランドマーク
- 4 ゆったりと美術鑑賞ができる
- 5 展示方法にも工夫がされていて面白い

San Jose

マストスポット

Best 4

ダウンタウンのランドマークである美術館や有名ミステリースポットなど、サンノゼで見逃せない、マスト・ゴーなスポットをご紹介します!



自分で操作しながら技術を体験できるため言葉がわからなくても楽しい

ハイテク技術を楽しむ体験
テック・インターラクティブ博物館
The Tech Museum of Interactive

さまざまな発明と技術を紹介する、大人も楽しめる博物館。ロボットのコーナーや工作ができるスタジオなどアトラクション感覚で遊びながら技術に触れることができる。迫力のIMAXシアターもある。

- 宇宙遊泳の疑似体験ができるコーナーは大人気
- ロボットは子どもたちに人気
- 201 S. Market St
- サンノゼ美術館からすぐ
- 408-294-8324
- 10:00～17:00 無休
- \$25 (IMAXシアター鑑賞含む)
- V, M, A
- www.thetech.org

MAP P.106



ウィンチェスター家って、銃の製造で成功を収めた一族。2代目夫人のサラは娘と夫を立て続けに亡くし、霊媒師に「銃で殺された人のために家を建て、建設は決して止めるな」と告げられ、以降38年間毎日増築工事が行われた。費用は550万ドルにものぼる。

不思議がいっぱいの呪い?の屋敷
ウィンチェスター・ミステリー・ハウス
Winchester Mystery House

ウィンチェスター銃で有名な社長夫人サラが過ごしたビクトリアン様式の邸宅。迷路のような邸宅内には不思議な造りの部屋ばかりで、主な見どころはツアーで案内してくれる。当時の最新設備や贅を尽くした室内装飾も必見。



床にガラス窓? 階下の使用人を監視するための窓だったという

- 525 S. Winchester Blvd
- サンノゼ美術館から車で10分
- 408-247-2101
- 9:00～17:00 (ツアーの最終時間、季節により異なる)
- 無休
- メインツアー \$54など
- V, M, A
- www.winchestermysteryhouse.com



- 1 屋敷のミニチュアの置物 \$12.99
- 2 ログ入りバッグ \$4.99
- 3 キーホルダー \$6.99 (右)、レターオープナー \$5.99 (左)



東洋がテーマの寝室。家具やシルクの寝具などがアジアっぽい

サンノゼのグルメスポット

サン・ペドロ・スクエア
San Pedro Square

マーケットSt周辺にカフェやバブ、レストランが集まるグルメエリア。ライブパフォーマンスやイベントが行われることもあり、特に夜は賑やか。大きなフードコートにおいしい店が集結したサン・ペドロ・スクエア・マーケットもある。



このゲートがサン・ペドロ・スクエアの目印

サン・ペドロ・スクエア・マーケットは手ごろでおいしい店が集結

- サンノゼ美術館から徒歩7分
- www.sanpedrosquare.com





お酒を楽しみながら

グルメスポット ならココ!

居心地のいいおしゃれなカフェ
から気軽においしいダイニング
まで、サンノゼ住人に教えてもら
った穴場&オススメ店はこちら!



飲食スペースはテーブル席、
スタンディング、屋外席もある

気軽にランチを

グルメな店が集まるフードコート

サン・ペドロ・ スクエア・マーケット

San Pedro Square Market

2棟ある建物にイタリアン、メキシカン、アメリ
カン、ワインバーなど20店が入る。どの店も味
に定評があり地元の人々もよく利用している。イ
ベントやライブが行われることも。

MAP P.106

87 N. San Pedro St 図サンノゼ美術館から徒歩7分

408-981-7218

7:00~24:00 (店舗により異なる) 図無休

www.sanpedrosquaremarket.com

アイスクリーム屋さん
のフードトラック

広々としていてカジ
ュアルなので、子ども
連れでも気軽に食
事が楽しめる



- 1 レンガ作りの内装が魅力的
で広いバティオも併設している
- 2 ローストしたピーズとスイカ
のサラダは色鮮やか \$14
- 3 名物のSP2バーガーも人
気\$25

賑やかに楽しくアメリカ料理を SP2 コミュナル バー+レストラン

SP2 Communal Bar + Restaurant

地元食材を使ったアメリカ料理が中心のバー&
レストラン。人気は、イタリア製ウッドファイ
ヤーオープンで焼き上げたピザ「ペイビーパ
ック」など。アルコールメニューも充実。

MAP P.106

72 N Almaden Ave. 図サンノゼ美術館より徒歩8分

408-299-0400 11:30~21:30 (火曜15:00~、金曜11:00

~22:30、土曜10:00~22:30、日曜10:00~19:00)

図有休 図\$30~ 図V. M. A. 図sp2sanjose.com/

コーヒーはココ!
住人御用達カフェ

カフェ・ フラスカティ

Caffe Frascati

「サンノゼでNo.1」と評判の
カプチーノ\$3.85など、イタ
リアンコーヒーが楽しめる。
パニーニ、ベーグル、キッシ
ュ、サラダなどフードメニ
ューも充実。毎月第1土曜夜は
ライブ演奏も。



MAP P.106

315 S. 1st St 図サンノゼ美術館から徒歩6分

408-287-0400 7:00~22:00 (金曜~24:00、

土曜8:00~24:00、日曜8:00~21:00)

図無休 図V. M. A. J. 図caffefrascati.com



メキシカン
タコスのお店
[LOTERIA
TACO BAR]

タコス \$
7.50。生地
はソフトかハ
ード、具もチ
ョイスできる



Mexican



Italian

店内の窯で
焼いたナポリ
風ピザを提供
する「Bocca
Lupo」。ナポリ
ピッツァ協会
認定店



あの有名企業へ 行ってみよう

郊外にあるIT企業の中には、本
社ビルに博物館やショップを併
設するところも。ここでしか手に
入らないレア・アイテムをゲット!



世界唯一の
アップルのショップ

アップル・インフィニット・ループ

Apple Infinit Loop

アップル本社の敷地内にあるアップルストア。このほかア
ップルパークビジターセンターも
一般人の利用が可能だ。オリジ
ナルのグッズを販売している。

MAP P.97 D-5

1 Infinite Loop, Cupertino 図サン

ノゼ美術館から車で8分 408-606-

5775 9:00~19:00 (土曜10:00~

18:00、日曜11:00~17:00)

図無休 図V. M. A. J.

www.apple.com/companystore

最新の機器を体験できるコーナーも



2

4

3

- 1 これがアップル本社。
訪問記念の撮影はここ
で。横にストアがある。
本社内は立ち入り不可
- 2 ログ入りグッズが種類豊富に揃
う。名入れ\$12.95 3 ドリンク・ボトル。
青いボトルもある 4 ノート

受付で日本語のガイド
をもらおう



チップの歴史や仕組みを紹介 インテル・ ミュージアム

Intel Museum

インテル社のチップ開発の歴史や
CPUの動作原理などをわかり
やすく解説。また共同設立者ロ
バート・ノイスの功績も紹介
する。ギフトショップでは、ログ
入りグッズが手に入る。

MAP P.106

2200 Mission College Blvd, Santa

Clara 図サンノゼ美術館から車で10分

408-765-5050

9:00~18:00 (土曜10:00~17:00)

図日曜 (その他不定休あり)

図無料 図intel.com/museum

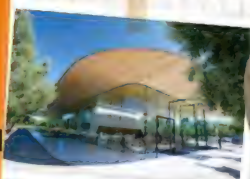


インテルの本社ビル。立ち入
りは不可 図Bunny People人
形のUSBメモリー。



スクリーンクリ
ャーセット

IT産業の聖地 (シリコン・バレー) Silicon Valley



アップルパークビジターセンターには、グッズもいろいろ

シリコンバレーって何？

サンフランシスコの南一帯を指す

シリコンバレーとは、サンフランシスコの南に広がる谷一帯のこと。もともとシリコンバレーという都市名はなく、IT企業が集まることから、半導体の主原料となるシリコンと合体させて、シリコンバレー（谷）と呼ばれるようになった。

名だたるIT企業の本社が集まる

一帯には、アップル、ヤフー、グーグル、インテルなど名だたるIT企業の本拠地が点在し、世界経済に大きな影響を与えるエリアとして知られる。シリコンバレー熱は1990年代にピークを迎え、その後は下降線をたどっているが、これらの企業が本社を置くシリコンバレーは、

いまでもIT企業の「聖地」に変わりなく、観光で訪れる人も多い。

インテルの本社もサンノゼ郊外に



サンノゼ市内にあるアドビの本社



サンノゼの中心地に立つ ヒルトン・サンノゼ

MAP P.106

300 Almaden Blvd サンノゼ国際空港から車で5分 408-287-2100 353室 \$194~ \$V、M、A、J www.3.hilton.com



機能性に優れたホテル

フォーポイントバイシェラトン サンホセダウンタウン

Four Points by Sheraton San Jose Downtown

MAP P.106

211 S. 1st St サンノゼ国際空港から車で15分 408-282-8800 86室 \$159~ \$V、M、A、J www.marriott.com



スタンフォード大学 Stanford University

アメリカ屈指の名門大学

「The Farm（農場）」と呼ばれる広大な敷地に、日干レンガ造りの建物が並び、美しいキャンパスが見学できる。メモリアルチャーチや高さ87mのフーバータワーなど見どころは多い。

1 高さ87mのフーバー・タワー。見学は10:00~16:00、入場料\$4 2 噂通りの美しいキャンパス

MAP P.97 C-5

サンノゼから車で30分 www.stanford.edu



モントレー Monterey

イワシ漁で栄えた港町

観光の拠点は2つ。キャナリーは、かつてイワシ漁で栄えたエリアで、モントレー・ベイ水族館などがある。一方のフィッシャーマンズ・ワーフはシーフードのレストランなどが多い。

MAP 付録P.5

サンノゼから車で1時間15分

ハーフムーンベイ Half Moon Bay

美しい海岸線が見わたせる

太平洋沿岸を走る1号沿いにあるポイント。湾の形が半月型であることからこの名がついた。美しい海岸線が見渡せる断崖絶壁の上には、「ザ・リッツ・カールトン ハーフムーンベイ」が立つ。

ホテルの部屋からは太平洋が一望できる



San Joseから 足をのばして

サンノゼを拠点に周辺にあるスポットや街へ車で足をのばそう。海岸線のドライブやかわいい街散策など、お楽しみがいっぱい！



カーメル Carmel

キュートなリゾートタウン

かわいらしい建物が軒を連ねる小さな街。街を散策するのもよし、白砂のビーチでのんびりするもよし。時間が許せば、ミッション（伝道所）にも立ち寄ってみたい。

絵本の中から飛び出して来たような建物のカフェやショップが並び、かわいくて小さな街をお散歩しよう



MAP 付録P.5

サンノゼから車で1時間20分



ハーフムーンベイの海岸線に立つホテル「ザ・リッツ・カールトン ハーフムーンベイ」。まるでイギリスのお城のような

MAP P.97 B-5

サンノゼから車で50分

広い客室で観光の拠点に便利

サンノゼ・マリオット San Jose Marriott

サンノゼ美術館やサン・ペドロ・スクエアなど、主な観光地は徒歩圏内。モダンな高層ビルのホテルで、客室、バスタブ付きのバスルームともに広く、設備も新しく快適に滞在できる。



サンノゼの 快適ホテル

IT企業が多いため、サンノゼには、機能的で快適なホテルが多い。なかでもおすすめはこの3つだ。

高層階の客室からは市街の眺望も楽しめる
広々としたロビー。レストランやバーも充実



MAP P.106

301 S. Market St サンノゼ国際空港から車で15分 408-280-1300 506室 \$128~ \$V、M、A www.marriott.co.jp/hotels/travel/sjosi-san-jose-marriott

アウトレットでお得にショッピングを楽しもう!



HOLLYWOOD

3つのタイプの
ショッピング・センターを
全米100カ所以上で展開する
サイモン・ショッピング・デスティネーションズ。
今回はカリフォルニアの人気観光地からも
近いおすすめのアウトレットをピックアップ!
ショッピングと観光のどちらも存分
にお楽しみください!



サンフランシスコ・プレミアム・アウトレット®

San Francisco Premium Outlets®

サンフランシスコから車で1時間ほどのリバモアバレーにあり、公共交通機関でアクセスできる最大級のアウトレット。グッチ、プラダ、バーバリーなどの有名ブランドからアメリカンイーグル、コール・ハーンなどのお手頃ブランドまで約180店舗が入る。

2774 Livermore Outlets
Drive, Livermore
925-292-2868
10:00~21:00 (日曜~19:00)
無休
www.premiumoutlets.
com/outlet/san-francisco



サクラメント
サンフランシスコ
サンノゼ

サンフランシスコ・プレミアム・アウトレット

カリフォルニア州

ラスベガス

ロサンゼルス

デザートヒルズ・
プレミアム・アウトレット

ザ・アウトレット・アット・オレンジ

カールスバッド・プレミアム・アウトレット

ラス・アメリカス・プレミアム・アウトレット

サンディエゴ
ティファナ

まだまだある!

SIMONのセンターをウェブサイトからチェック!!



店頭価格からさらにお得なクーポンがもらえる
引換券を本誌読者の方にプレゼント!
左のQRコードから出てきた画面を
プリントアウトするかスクリーンショットで
保存し各センターのサービスカウンターへ。

センターに到着したら
ゲスト・サービスのカウンターで
クーポン引換券に
交換できます。



デザートヒルズ・プレミアム・アウトレット®

Desert Hills Premium Outlets®

カリフォルニア州で最大級の高級プレミアム・アウトレット。このセンターにはアルマーニ、グッチ、プラダなどの有名ブランドやナイキ、ノース・フェイスといったスポーツブランドが入っており、雄大な山を望む砂漠地域の広大な敷地に180店舗が入っている。

☎ 48400 Seminole Dr. Cabazon,
☎ 951-849-6641 🕒 10:00～21:00 (日曜～20:00) 📞無休
URL www.premiumoutlets.com/outlet/desert-hills



ラス・アメリカス・プレミアム・アウトレット®

Las Americas Premium Outlets®

サンディエゴのダウンタウンから南に20分の場所に125店舗が入るアウトレット。キレイな中庭を散歩しながらショッピングが楽しめる。メキシコとの国境に近いこともあり本場のメキシコ料理が楽しめるレストランをはじめフードコートも充実、和食レストランもあり。トロリーでアクセスできるので大変便利。

☎ 4211 Camino de la Plaza, San Diego
☎ 619-934-8400 🕒 10:00～21:00 (日曜～19:00) 📞無休
URL www.premiumoutlets.com/outlet/las-americas



ザ・アウトレット・アット・オレンジ

The Outlets at Orange

アナハイムにあるリテールとアウトレットの揃う複合型施設。コンバース、ナイキ、アディダスなどのスポーツブランドが充実の他、高級デパートのアウトレットが4つも入り、映画館やゲームセンターなどエンタメ施設も充実。ディズニーランドからすぐの所にある。

☎ 20 City Blvd W. Orange
☎ 714-769-4001
🕒 10:00～21:00
(金・土曜～22:00、日曜～20:00)
📞無休
URL www.simon.com/mall/the-outlets-at-orange

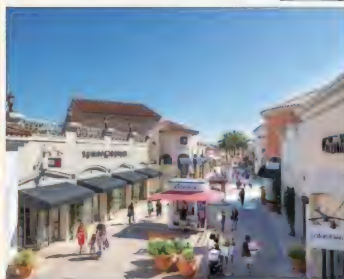


カールスバッド・プレミアム・アウトレット®

Carlsbad Premium Outlets®

トスカナ風の建築のアウトレット。サンディエゴから車で40分。85店ほどの店舗数だがケイト・スペード、ニューヨーク、トリーパーチ、ラルフローレンなどの人気どころのブランドは揃っている。

☎ 5620 Paseo Del Norte,
Carlsbad,
☎ 760-804-9000
🕒 10:00～21:00 (日曜～19:00)
📞無休
URL www.premiumoutlets.com/outlet/carlsbad



現地の
情報を知って
楽しく
安全な旅を!

トラベル インフォメーション

Travel Information

海外旅行に「?」や「!」はつきもの。少々のはずニングなら笑ってやり過ごしたいが事件・事故には巻き込まれたくない。トラブルを回避してスムーズに旅行するためには現地の事情を知ることが何より大切だ。

日本からの出国

手続きで混み合うこともあるので、少なくとも出発の2時間前には空港に着いていたい。

●チェックイン

自分が乗る便の航空会社のカウンターや自動チェックイン機で、航空券とパスポートを提示して、搭乗券(ボーディングパス)を受け取る。荷物を預け、バゲージ・クレーム・タグを受け取る。

※セキュリティチェックの強化にともない、アメリカの空港を出発または乗り継ぐフライトでは、荷物を鍵をかけないよう指示される(帰国便も同様)。スーツケースにはベルトを忘れずに。

●セキュリティチェック

機内に持ち込む手荷物のX線検査とボディチェック。壊れやすいものや貴重品、預け荷物に入れないモバイルバッテリー、カメラの予備電池、ライターなどは手荷物にしておく。機内への持ち込みが制限されている刃物類などの危険物と、規定量を超える液体類(ジェル状・クリーム状・スプレー類を含む)は、あらかじめ預け荷物内へ。セキュリティチェックは年々厳しくなっているので、詳細は航空会社や空港のウェブサイトで確認しておこう。

●外国製品の持ち出し申請

高価な外国製品を持って行くなら、今回の旅行で購入したものではないことを帰国時に証明するため「外国製品の持ち出し届」を現物と一緒に税関へ提示、用紙は帰国時まで保管しておく。

●出国審査

出国審査カウンターでパスポートを提示して出国スタンプを押してもらおう。主要空港で利用できる顔認証ゲートの場合は、端末にパスポートを置き、顔写真を撮影する。出国スタンプは押されない。

●搭乗

搭乗券に書いてある搭乗ゲートへ。搭乗口では再度パスポートの確認がある。

日本への入国

●検疫

機内で検疫の質問票が渡されたら必要事項を記入して提出。体調の悪い人は健康相談室へ。

●入国審査

「日本人」の表示のある入国審査カウンターでパスポートを提出して、入国スタンプを押してもらおう。主要空港では顔認証ゲートも利用できる。

●荷物の受け取り

搭乗便名の表示されたターンテーブルで荷物を受け取る。紛失・破損の場合は、クレームタグを見せて利用航空会社の係員に申し出る。

●動植物検疫

動植物やその加工品を持ち帰った人は輸入検査を受ける。持ち帰っていない人は税関へ。

ビザ(査証)

アメリカの場合、日本国籍で、観光や商用での90日以内の滞在であれば、原則としてビザは免除。アメリカ出国用航空券の所持、ESTA登録などの条件があるので確認しておこう。パスポートがIC旅券であることも条件だが、日本国内で発給されたパスポートなら通常は問題ない。有効期間は帰国時までであればOK(入国時90日以上が望ましい)。そのほかの場合はアメリカ大使館や総領事館でビザを申請する。

在日アメリカ大使館

☎03-3224-5000 jp.usembassy.gov
米国ビザインフォメーションサービス
☎050-5533-2737 www.ustraveldocs.com



IC旅券のマーク

ESTA

ビザ免除でアメリカへ入国する条件のひとつがESTA(電子渡航認証)の登録。出発72時間前までに公式サイトで必要事項を入力して申請する。日本語表示も選べるが、記入は英語とローマ字で。料金\$14は、Visa、MasterCardなどの国際クレジットカードで支払う。登録は2年間有効。ただし、その間にパスポートの有効期限が切れた場合は、再登録が必要になる。申請は本人以外でもOKだが、旅行会社や代行サイトを通した場合は手数料がかかる。



ESTAは印刷して持参するのがおすすめ。

米国国土安全保障省 ESTA esta.cbp.dhs.gov

海外旅行傷害保険

旅先で思わぬ事故やトラブルに遭う前に、海外旅行傷害保険に加入しておこう。アメリカは医療費が高く、万が一の際の搬送費用なども本人負担の場合かなり高額になる。クレジットカードによっては保険が付帯していることもあるので出発前に内容の確認を。空港でも加入できる。

国際(国外)運転免許証

住民登録している地区の運転免許試験場が免許更新センターの国外運転免許窓口、または所轄の警察署で手続きをする。日本の運転免許証、パスポート、写真(タテ5cm、ヨコ4cm)1枚、手数料2350円を持参し、窓口にある申請書に記入すれば、通常はすぐに発行してくれる。有効期間は1年。なお海外で運転の際は、日本の運転免許証も必要なので持参すること。

国際学生証(ISIC)

世界130か国以上で共通の学生証。美術館や博物館の入館料、交通機関の運賃などが学割になる。郵送やオンラインでも申し込める。

ISIC JAPAN www.isicjapan.jp

旅の準備と 日本の出入国

カリフォルニアへ出発する前に国内でしておかなければならない手配や、空港での出入国の手続きについて知っておこう。準備からすでに旅が始まっているともいえるのだ。

旅の準備

パスポート取得

パスポートには有効期間10年のものと5年のものがある(未成年者は5年のみ)。海外へ渡航する人の国籍や身分を証明する大切なものなので、旅の間は紛失したり、盗難に遭わないよう、厳重に保管したい。

●申請

住民登録をしている都道府県(地域によっては市町村の担当窓口)の「旅券課窓口」へ申請する。更新は有効期限の1年前から受け付けている。申請から発給まで、長いところでは2~3週間かかることもあるので、早めに申請をしておくこと。

●パスポート(旅券)申請に必要なもの

- 一般旅券発給申請書(窓口にある)
 - 戸籍謄本(または抄本) ……6か月以内のもの。有効期限内のパスポートを切り替える場合は、氏名や本籍に変更がなければ不要
 - 住民票の写し ……6か月以内のもの※
 - ※住民基本台帳ネットワークシステムを利用できる場合は、住民票の提出が不要。居所申請では必要
 - 写真1枚(タテ4.5cm、ヨコ3.5cm、裸なし、正面、無帽、無背景など規定どおりのもの) ……6か月以内のもの
 - 身元確認の書類(運転免許証、有効または失効後6か月以内の日本国旅券など1点でよいものと、健康保険証、年金手帳など2点必要なものがある。詳しくは旅券課へ問い合わせを)
 - 前回取得した旅券
- 外務省パスポートAtoZ
www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport
申請書のダウンロードも可能

●受領

上記の申請書類一式を提出すると受理票(受領証)を渡される。その受理票と発給手数料(10年旅券は1万6000円、5年旅券は1万1000円、満12歳未満は6000円)を持参して、受理票に書かれた指定日以降、発行日から6か月以内に、必ず本人が受け取りに行く。申請は本人以外でも可能だが、受領は代理や郵送ではできない。

アメリカからの出国

●空港へ

セキュリティチェックに時間がかかることもあるので、出発の2〜3時間前には到着しておきたい。航空会社やチケットのタイプによっては事前にオンラインでのチェックインも可能。

●チェックイン

利用する航空会社のカウンターや自動チェックイン機でパスポートと航空券(eチケット控え)を提示。大きな荷物を預けて、搭乗券とクレームタグを受け取る。アメリカでは出国審査や税関検査はとくに実施されていないので、そのままセキュリティチェックへ進む。

●セキュリティ・チェック

機内持ち込みの手荷物を検査機に通し、本人は検査用のゲートを通る。腕時計やキーホルダーなどは、金属探知器に引っかかることもあるので、外しておこう。日本出国時と同様に液体類やライターの持ち込みは制限されている。この検査を受けたら、後は搭乗ゲートに向かい搭乗開始を待つだけだ。

税関申告書の記入方法

税関申告書
15 CFR 122.21, 148.12, 148.13, 148.15, 148.16, 148.17, 148.18, 31 CFR 53.16
OMB No. 1547-0042

到着する渡航者各個人、または家族の世帯主には、以下の情報を提供することが義務づけられています。(申告書は一家族につき一通のみです)。「家族」とは、血縁関係、婚姻関係、養育関係、または電子帰国による家族関係を持ち、同じ世帯に居住している者を指します。

1 姓(姓) SHOBU ①
名(ファーストネーム) CHIAKI ① ミドルネーム

2 誕生日(西暦) 月 0 1 日 2 4 西暦年 9 4 ②

3 渡航に同行している家族の人数 0 ③

4 (a) 米国における滞在・居住先の住所(番地と通り)(ホテルの名称・訪問先)
CALIFORNIA HOTEL ④
(b) 市 LOS ANGELES ④ (c) 州 CA ④

5 航空発行国 JAPAN ⑤

6 搭乗番号 AB1234567 ⑥

7 居住国 JAPAN ⑦

8 今回渡米に先立って訪れた国・国々 ⑧

9 航空会社・便名もしくは船舶名 NH6 ⑨

10 今回の渡米の主要目的はビジネスです ⑩ はい いいえ ✓

11 私(私達)は、以下の物品を所持しています。
(a) 動物類、野菜類、植物類、種物、食物、昆虫類 ⑪ はい いいえ ✓
(b) 肉類、動物、動物の野生生物製品 はい いいえ ✓
(c) 腐敗体、細胞培養、発芽菌 はい いいえ ✓
(d) 土壌、あるいは、私(私達)は、農場・牧場、牧草地にいます。 はい いいえ ✓
(e) 私(私達)は、家畜の近くにいます(養育と接触、または飼育、養育など) はい いいえ ✓

12 私(私達)は、現在滞在、または、金融商品として、10,000ドル以上の米ドル、または、それに相当する外国通貨を持っています。 はい いいえ ✓
(金融商品の定義は裏面参照)

13 私(私達)は、市販商品を持っています。
(販売対象となる商品、または、製造を促進する目的で使用する試供品、または、個人の身の回りの所持品の範囲に当てはまらない物品) ⑬ はい いいえ ✓

14 米国居住者—市販商品を含め、海外で購入、あるいは取得した物品(他人への贈り物も含め、ただし米国に搬送したものは含まない)の総額 \$ ⑭

15 渡航訪問者—米国に残していく物品の総額 (市販商品のみ) \$ 85 ⑮

この形式の裏面にある記入説明文をお読みください。申告義務のある全ての品目について記入する欄が設けられています。

私は、この形式の裏面にある重要な情報を読み、真実に基づいて申告しました。

氏名 昭文千秋 ⑯ 03/29/2020 ⑰
署名 日付(月/日/年)

- ① 上段:姓、下段:名
② 生年月日(西暦で、月/日/生まれ年の下2桁)
③ 旅行をともにしている家族の人数
④ 滞在先(ホテル名/都市/州)
⑤ パスポート発行国(日本はJAPAN)
⑥ パスポート番号 ⑦ 居住国 ⑧ 経由国名 ⑨ 利用便名
⑩ 滞在目的がビジネスである(はい/いいえにチェック)
⑪ 生物・植物などの所持の有無(はい/いいえにチェック)
⑫ 家畜との接触の有無(はい/いいえにチェック)
⑬ 1万ドル以上の所持の有無(はい/いいえにチェック)
⑭ 市販商品(サンプルを含む)の持ち込み(はい/いいえにチェック)
⑮ 下段:持ち込みみやげ品の総額
⑯ 署名 ⑰ 記入日(西暦で、月/日/年の順)

日本から カリフォルニアへ

飛行機に乗っている間に、税関に提出する書類はあらかじめ書いておこう。提出すべき書類を揃えておけば、出入国手続きは難しくない。

カリフォルニアへのアクセス

●所要時間

ロサンゼルス、サンフランシスコ、サンノゼの3都市とも、日本からの直行便が運航している。成田空港、羽田空港、関西空港から、所要9時間〜10時間ほど。日付変更線を越えるので、午後〜夕方に日本発の便に搭乗すると、現地到着は同じ日の午前中〜昼ごろになる。

●直行便のあるおもな航空会社

ANA All Nippon Airways
日本① 0570-029-333 アメリカ② 1-800-235-9262 (日本語)
ユナイテッド航空 United Airlines
日本① 03-6732-5011 アメリカ② 1-800-537-3366 (日本語)
日本航空 Japan Airlines
日本① 0570-025-031 アメリカ② 1-800-525-3663 (日本語)
デルタ航空 Delta Air Lines
日本① 0570-077-733 アメリカ② 1-800-327-2850 (日本語)
アメリカン航空 American Airlines
日本① 03-4333-7675 アメリカ② 1-800-237-0027 (日本語)
シンガポール航空 Singapore Airlines
日本① 03-3213-3431 アメリカ② 1-800-742-3333

アメリカへの入国

●入国審査 Immigration

パスポートと税関申告書(家族で1枚)、帰りの航空券(eチケット控え)を用意。誘導に従ってAPCキオスク(自動入国審査端末)、または審査ブースへ並ぶ。APC利用の場合は、パスポートのスキャン、顔写真の撮影と指紋スキャン、質問の回答などを端末で行う。日本語も選択可。手続き後に発行されるレシートを受け取り、指示に従って進もう。税関申告書の提出は不要の場合もある。

●荷物のピックアップ Baggage Claim

Baggage Claim(手荷物受取所)へ。搭乗してきた便名が表示されたターンテーブルで荷物を受け取る。荷物が出てこない、破損している等のトラブルは係員にバゲージ・クレーム・タグを見せて伝える。

●税関

免税範囲内なら緑色のサインのほうへ。申告が必要な場合は赤色のサインのカウンターへ進み、パスポートと税関申告書(またはAPCレシート)を提出してチェックを受ける。動植物、土、肉類、果物等に加えて牛肉エキスや乾燥肉を使ったカップ麺やスナック菓子なども持ち込み禁止。申告しない等多額の罰金が科せられることもある。\$1万相当額以上の現金、有価証券の持ち込みも申告が必要。

アメリカ入国時の免税範囲(1人につき)

- 紙巻たばこ200本(葉巻なら100本)
 - 酒1クォート(約1リットル)
 - みやげもの\$100相当
- ※酒・たばこは21歳以上のみ

●税関

機内で配られる「携帯品・別送品申告書」に記入して、買い物が免税範囲内なら緑の表示のカウンターに並び、免税範囲を超えている場合は赤い表示のカウンターに並び。

●別送品について

海外から荷物を別途小包として送った場合、免税範囲や簡易税率の適用を受けるなら別送品手続きをする必要がある。荷物の外装、税関告知書、小包の送り状などに「別送品」と明記し、帰国者本人を受取る人とする。帰国時に「携帯品・別送品申告書」を2通作成し、1通は本人用に税関で確認印をもらっておく。これは荷物の受け取りまで保管しておくこと。

●日本入国時の免税範囲

酒類	3本(1本760cc程度のもの)。未成年は不可
たばこ	紙巻400本、葉巻100本、その他500g。2種類以上は合計500gまで。日本製・外国製、居住・非居住の区別はない。未成年は不可
香水	2オンス(1オンス約28cc)
その他	同一品目…同一品目の合計が海外市価で1万円以下のものは免税(例:1本5000円のネクタイ2本)。買い物の合計額が20万円までは免税

※免税範囲は個人的に使用すると認められるものに限られる。旅行中使用していた衣類や化粧品など、身の回りのものは原則として無税。6歳未満は本人が使用するもののみ。

日本への持ち込みに制限があるもの

- ワシントン条約で規制の対象になっている動植物およびそれらの加工品は、相手国の輸出許可書がなければ国内に持ち込めない(象牙、ワニ・トカゲ・ヘビの製品、毛皮、蘭、サボテンなど)
- 麻薬類、拳銃類、通貨や証券の偽造品
- 海賊版、にせブランド品などコピー商品
- わいせつ品
- 医薬品、化粧品なども数量制限がある

詳細は税関に問い合わせを
東京税関 税関相談官室 ② 03-3529-0700
大阪税関 税関相談官室 ② 06-6576-3001
URL www.customs.go.jp/kaigairyoko/

他人から預かる荷物に注意して!

海外では、たとえ知人からでも、中身のわからない荷物を不用意に預からないこと。知らぬ間に麻薬などを運ばされ、重罰になるケースが増えている。もし不審な荷物があったら税関で申告しよう。

ANAでカリフォルニアへ!

ロサンゼルス、サンフランシスコのほか サンノゼ便も運航!

カリフォルニアの玄関口といえば、まずはロサンゼルスとサンフランシスコ。ANAでは成田と羽田からロサンゼルスへ毎日計3便、成田と羽田からサンフランシスコへ毎日計2便を運航。夕方成田発の便なら、カリフォルニア到着はお昼前なので、1日たっぷり遊べる。さらにANAでは、羽田からシリコンバレーの中心都市サンノゼへ毎日1便を運航。サンノゼはサンフランシスコから車で1時間ほどの街。ビジネス客が多いが、サンフランシスコへの玄関口として利用するのも便利。小規模空港なので、入国審査の待ち時間が少ないのも魅力。その他、北米西海岸へは、シアトル・バンクーバーにも運航している。



空港から市内へのアクセス

ロサンゼルス、サンフランシスコ、サンノゼとも日本からの直行便が運航する。空港から市内へは、シャトルバスやタクシーが便利。サンフランシスコなら鉄道も利用できる。

空港から市内へのアクセス

フライウェイ・バス

空港とダウンタウンのユニオン駅を結ぶバス。乗り場は各ターミナルの到着フロアの外にあり、緑色の「Fly Away」の看板が目印。所要30～50分で、料金は\$9.75(クレジットカードやTapカードが必要)。5:00～深夜1:00は30分おき、深夜1:00～5:00は1時間おきに運行。ハリウッドやロングビーチ行など4つの路線があるので、行き先の確認を忘れずに。予約不要。

フライウェイ・バス FlyAway Bus
URL www.lawa.org/flyaway

メトロレール

無料のLAXシャトルがメトロ・グリーンライン(Cライン)のAviation/LAX駅まで連絡している。ダウンタウンへは、Aviation/LAX駅から東(Norwalk)方面に乗り、Willowbrook/Rosa Parks駅でブルーライン(Aライン)の北方面に乗り換え、7th St/Metro Center駅へ。ただし、大きな荷物がある場合はおすすめでない。ダウンタウンまで約1時間。料金は\$1.75(Tapカードが必要)。

メトロレール Metro Rail URL www.mta.net

レンタカー

各レンタカー会社のシャトルがターミナルを巡回しているので、利用するレンタカー会社のシャトルに乗って空港周辺の営業所へ。レンタカーを利用するなら日本で予約していくのがおすすめ。

レンタカーの利用について→詳細は付録 P.14

タクシー

3人以上で乗るなら、シャトルバスより安くなる。荷物が多い場合も便利。タクシー乗場はターミナル1の隣、専用乗場「LAX-it」にあり、各ターミナル前から無料シャトルが3～5分間隔で運行している。空港からダウンタウンへは所要約30分、料金は\$46.50均一。ヒバリーヒルズへは所要約20分、約\$50(空港発料金\$4も必要)。15%ほどのチップや、大きな荷物を出し入れしてもらったら1個\$1程度のチップも忘れずに。

ライドシェア

アプリを利用した配車サービスで、UberやLyftなど数社ある。料金は車種や時間帯などによって異なるが、タクシーより割安になることが多い。タクシーと同じく専用乗り場「LAX-it」へ行き、配車をリクエストして乗り場で待とう。乗り場は会社別に分かれているので注意。

Uber URL www.uber.com

タクシー・ライドシェア利用時の注意

近年、空港で偽タクシーに案内され、法外な値段を要求されたり、ライドシェア(Uber、Lyftなど)を装った車に乗ってしまい金品の強奪や暴行されるなど、事件が発生している。被害を避けるためには以下の注意が必要。
1 空港のタクシーやライドシェアの専用乗り場「LAX-it」から乗車する。

2 ライドシェア利用時は到着した車の車種、色、ライセンスプレートと、ドライバーの名前・写真と見比べるなど本人が確認する。また依頼主は誰かを確認(自ら氏名を名乗らない)。

3 後部座席を利用する

サンノゼ国際空港 (SJC)

San Jose International Airport

☎ 408-392-3600 URL www.flysansjose.com

日本からはANAの直行便が運航
サンフランシスコへ行くのにも便利

IT産業の本拠地がシリコンバレー。その表玄関として知られるのがサンノゼ国際空港。サンノゼのダウンタウンから近く、サンフランシスコへのアプローチも可能。羽田からANAが直行便を運航している。

サンノゼ中心部へのアクセス

ターミナル前の乗場からVTAバスの60番(無料)で、Metro/Airport駅へ。ライトレールのWinchester行きやSanta Teresa行きに乗り、ダウンタウンのConvention Center駅まで所要約20分。\$2.50。一番便利なのはタクシーで、空港からダウンタウンまで、10～20分ほど。料金は\$15～20程度。ほかに空港利用料\$1.50と15%のチップが必要。乗り場は各ターミナル前にある。

サンフランシスコへのアクセス

ターミナル前の乗場から、VTAバスの60番(無料)でSanta Clara駅まで行きカルトレインに乗り換えれば、約2時間でサンフランシスコに到着。料金は\$10.50(クリッパカード\$9.95)。また、空港シャトルならサンフランシスコ市内まで1時間30分ほど。

空港から市内へのアクセス

パート

空港と市内中心部を結ぶ高速鉄道。空港のBART駅は国際線ターミナルの出発階にある。ダウンタウンへは、Antioch駅行き(Antioch-SFO-Millbrae Line)を利用。片道\$10.15(クリッパガード\$9.65)。所要時間は約30分。早朝から深夜まで15～20分間隔で運行。

BART (Bay Area Rapid Transit)
URL www.bart.gov

乗り合いシャトルバス

乗り合いシャトルバスは数社が運行している。乗り場は各ターミナルの出発階(国際線ターミナルはLevel3を出てすぐの道路の中州)にある。料金は会社によって異なるが、\$19程度(荷物の出し入れをしてもらった場合は、ドライバーに\$1のチップを)。所要時間は約30分。エアポートエクスプレスは4:30～22:00運行。

エアポート・エクスプレス Airport Express
☎ 415-775-5121 URL www.airportexpresssf.com

タクシー

乗り場は各ターミナルの到着階を出てすぐの道路の中州にある。所要時間は約30分。料金は\$40～(ほかに15%ほどのチップが必要)。また空港から乗った場合は\$4の空港利用料も加算される。

ロサンゼルス国際空港 (LAX)

Los Angeles International Airport

☎ 855-463-5252 URL www.lawa.org/lax

日本からの直行便も多数発着する
カリフォルニアの超巨大空港

LAXと呼ばれる西海岸最大の空港で、日本からの直行便も多数発着する。サンタモニカから海岸線を南下したところに位置し、ダウンタウンからは20kmほどの距離。日本など外国系航空会社の国際線は、トム・ブラッドレー国際線ターミナルに、アメリカ系航空会社はそれぞれ専用のターミナル1～8に発着する(共同運航便の場合は変更の場合あり)。ターミナル間の移動には無料の循環バスLAXシャトルを利用。



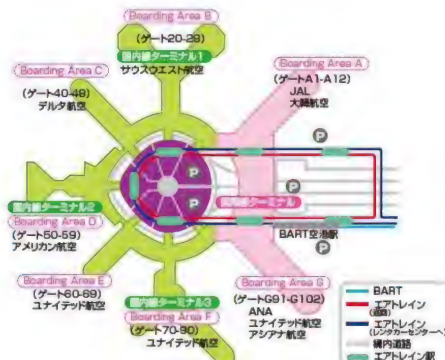
サンフランシスコ国際空港 (SFO)

San Francisco International Airport

☎ 650-821-8211 URL www.flysfo.com

空港からダウンタウンまで
パートが直結しているので便利

サンフランシスコのダウンタウンから南へ25kmほどの距離。日本からの直行便は国際線ターミナルに到着する。各ターミナルやパートの空港駅などを結ぶ無料のエアトレインが巡回。



電話

●アメリカ国内の通話

まず「1」をダイヤルし、それから市外局番をダイヤルする。ロサンゼルス市外局番は213、310、323、626、サンフランシスコは415、サンノゼは408などがある。異なる局番へは「1-310」のようにかけること。1-800、1-888などで始まる電話番号はアメリカ国内だけで利用できる toll free (無料通話)。ただし、ホテルからかける場合は手数料がかかる。

●ホテルの電話

外線専用番号(9が多いがホテルにより違う)を頭につけてかける。客室からかける場合、通話料の他に手数料が必要。

●公衆電話

ホテルや空港には公衆電話があり、国際電話もかけられる。使えるコインは、25¢、10¢、5¢。市内通話の基本料金は3分間50¢。コインを入れて番号を押す。街なかには公衆電話は少なく、壊れている場合も多い。

●携帯電話とスマートフォン

日本で使っている携帯電話も、海外対応機種であれば、簡単な設定で使うことができる。着信にも通話料がかかるなど、日本とは料金体系が異なるので注意。また、スマートフォンは、電源を入れているだけでデータ通信を行うことがあり、知らぬ間に高額料金になることも。データローミングをOFFにするなど、必要な設定を確認しておくこと。よく利用するなら、海外パケット定額サービスや、モバイルWi-Fiルーターのレンタルが便利。海外対応携帯やスマートフォンも含め、出発当日に空港で借りることもできる。

国際電話のかけかた

カリフォルニアから日本へ

ダイヤル直通電話 ☎ 03-3123-4567へかける場合

011 → 81 → 3 → 3123-4567

国際電話 日本 011 日本 011 日本 011 日本 011
識別番号 国番号 市外局番 相手の電話番号
(先頭の0は省略)

その他の国際電話

KDDIスーパーワールドカード利用の直通電話も便利。一般固定電話への通話料は1分40円程度。KDDIの日本語オペレータ通話はコレクトコールが利用できる。

「KDDIスーパージャパンダイレクト」 プリペイドカード利用の直通電話

アクセス番号 日本語の音声ガイダンスに従って、
1-877-533-0081 カード番号、相手の電話番号をダイヤルする

※オペレーターが日本語で出るKDDIジャパンダイレクトは1-877-533-0051をダイヤル。3分2160円、追加1分460円。

日本からカリフォルニアへ

マイラインに登録している場合

010 → 1 → 310 → 相手の電話番号

国際電話 アメリカ ロサンゼルス
識別番号 国番号 市外局番

マイラインに登録していない場合

利用する国際電話会社の識別番号にかけてから、上記と同じようにダイヤルをする。

- KDDI 001
- NTTコミュニケーションズ 0033
- ソフトバンク 0061

携帯電話からかける場合

「+」または010 → 1 → 310 → 相手の電話番号
(au、ソフトバンク、docomo) アメリカ 市外局番

クレジットカード

カード社会のアメリカでは、クレジットカードは必需品。少額の買い物やレストランの飲食代とチップなどが、サインひとつで支払えるのはもちろん、信用保証としても利用されており、ホテルのチェックインの際には、クレジットカードの提示をしないと多額のデポジット(保証金)を要求されることもある。レンタカーを借りる際にも必要。現地のATMでのキャッシングも可能だ。ATMはもちろん、最近では買い物の際にも暗証番号(PIN)の入力を求められる場合が多いので、キャッシングの可否や限度額とあわせて事前に確認しておこう。

●カード利用の際の注意点

支払いの前に必ず金額の明細を確認する。また、暗証番号は決して他人には教えないこと。不正利用されても補償されない場合がある。

国際デビットカード

日本で開設している自分の口座から、利用後すぐに代金が引き落とされる。VisaやMasterCardなど、国際ブランドのデビットカードであれば、現地ATMでの引き出しや買い物にも利用できる。三菱UFJ銀行や三井住友銀行など多くの銀行が発行。

トラベルプリペイドカード

出発前に専用口座にチャージした額だけ利用できる海外専用プリペイドカード。現地では、ATMでの現金引き出しのほか、提携店での買い物にも利用できる。発行会社によっては窓口での即日発行も可能。クレディセゾンやアプラスなどが発行。

CD/ATMの利用

国際デビットカードやトラベルプリペイドカード、クレジットカードがあれば、現地通貨で現金を引き出せる。ATMは空港、ホテル、ショッピングセンターなどに設置され、ほとんどが24時間利用できる。日本語で操作できる機種もあるので、利用価値は高い。また、クレジットカードのキャッシング利率のほうが、現金両替の手数料よりも低い場合も多いので、賢く利用したい。

郵便

ハガキや手紙は「JAPAN」と「AIR MAIL」とを表に英語で書けば、宛名は日本語でOK。あとは、郵便局やホテルのフロントなどで切手を購入して貼り、ブルーのポストに投函すればOK。ハガキや手紙なら5~7日ほどで日本に届く。



インターネット

ロサンゼルスやサンフランシスコなど、都市のインターネット環境は基本的に良く、空港やホテル、カフェ、ファストフード店などでは無料でWi-Fi(無線LAN)を使えることも多い。利用にパスワードが必要な場合は、スタッフに聞いてみよう。スマートフォンを含めて、ネットを頻繁に使うなら海外用Wi-Fiルーターのレンタルが便利。インターネットカフェは少ないように、設備に不具合のある場合も多いので、ホテルのビジネスセンターがあれば利用したい。

カリフォルニアの基本情報

国によって生活事情・常識はまったく違うもの。事前に知識を仕入れておけば、その場であわてることなく、スムーズに旅を楽しむことができる。

時差

日本とカリフォルニアでは夏は16時間、冬は17時間の時差があり、カリフォルニアの方が半日以上、日本より遅い。日本の朝9時は、カリフォルニアの前日夕方5時(夏の場合)となる。夏と冬の時差が1時間違うのは「サマータイム(デライト・セービング・タイム)」のため。アメリカでは3月の第2日曜日から11月の第1日曜日までサマータイムとして、時計が1時間早められる。



通貨

通貨はUS\$ (ドル) と¢ (セント) で、\$1=100¢。おもに流通している紙幣は6種類で、硬貨は4種類。紙幣は同じサイズなので間違わないようにしたい。少額の買い物やタクシーなどでは、高額紙幣(\$50以上)は断られる場合も多いので注意。\$1紙幣はチップによく使うのでつねに用意しておきたい。また、硬貨は25¢をクォーター、10¢をダイムなどと呼ぶことが多いので、覚えておこう。

\$1=100¢=約109円

1万円=約92

(為替レート2020年3月現在)



両替

日本円からドルへの両替は、空港、銀行、両替所など多くの場所で可能だ。大きなホテルでも扱っているが、利用は宿泊客のみ。銀行の営業時間は一般に9時から15時。日本より手数料がかかることも多いので、円からUSドルへの両替なら、通常、成田や関空なども含めて、日本でするほうがお得。チップとしてすぐに必要となるので\$1札も混ぜておこう。\$5や\$10など小額の紙幣を多めに両替しておくとも使いやすい。ATMを利用するのもおすすめ。

Yellow Page

現地で役立つ電話番号一覧

緊急連絡先

在ロサンゼルス日本国総領事館 ☎ 213-617-6700
在サンフランシスコ日本国総領事館 ☎ 415-780-6000
警察・消防・救急 ☎ 911

航空会社

ANA (日本語可) ☎ 1-800-235-9262
ユナイテッド航空 (日本語可) ☎ 1-800-537-3366
日本航空 (日本語可) ☎ 1-800-525-3663
デルタ航空 (日本語可) ☎ 1-800-327-2850
アメリカン航空 (日本語可) ☎ 1-800-237-0027
シンガポール航空 ☎ 1-800-742-3333

空港

ロサンゼルス国際空港 ☎ 855-463-5252
サンフランシスコ国際空港 ☎ 650-821-8211
サンノゼ国際空港 ☎ 408-392-3600

交通機関

ロサンゼルス
MTA (メトロレール/メトロバス) ☎ 323-466-3876
イエローキャブ (タクシー) ☎ 424-222-2222
サンフランシスコ
Muni (ケーブルカー/メトロバス)
☎ 415-701-2311 (サンフランシスコ市内からは311)
バート (BART) ☎ 510-465-2278
イエローキャブ (タクシー) ☎ 415-333-3333

レンタカー会社

ハーツレンタカー (ロサンゼルス空港) ☎ 310-568-5100
(サンフランシスコ空港) ☎ 650-624-6600
ダラーレンタカー (ロサンゼルス空港) ☎ 1-866-434-2226
(サンフランシスコ空港) ☎ 1-866-434-2226
エイビスレンタカー (ロサンゼルス空港) ☎ 310-342-9200
(サンフランシスコ空港) ☎ 650-877-6780
アラモレンタカー (ロサンゼルス空港) ☎ 1-888-826-6893
(サンフランシスコ空港) ☎ 1-844-370-8302
バジェットレンタカー (ロサンゼルス空港) ☎ 310-642-4500
(サンフランシスコ空港) ☎ 650-877-0998

日本語が通じる病院

ロサンゼルス
ニッポン・メディカル・クリニック (内科・皮膚科・
外科他/月～金曜/予約制) ☎ 310-575-4050
サンフランシスコ
セント・フランシス・メモリアル・ホスピタル
(総合病院/月～日曜/通訳サービスでの対応)
☎ 415-353-6847

クレジットカード会社 (会員専用)

アメリカン・エクスプレス ☎ 1-800-766-0106
JCB ☎ 1-800-606-8871
NICOSカード ☎ 1-800-665-1703
Visa ☎ 1-866-670-0955
MasterCard ☎ 1-800-307-7309
三井住友カード ☎ 1-800-635-0108

飲酒と喫煙

飲酒ができるのは21歳から。そのため、バーやレストランでアルコールを注文する際やクラブに入店する際には、年齢確認のため、写真付きのID(パスポートなどの身分証明書)の提示を求められることもある。また、すべての公共建物内での喫煙は禁止。レストランやバーも禁煙なので気をつけよう。屋外でも、街によっては、建物の出入口の近くや公園、ビーチなどでの喫煙は禁止されている。

トラブル対策

アメリカの治安は近年よくなったが、日本と同じ感覚でいると犯罪に巻き込まれてしまう可能性も。夜間のひとり歩きはしない、バッグから手を離さない、常に周囲に目を配るなど、ちょっとした注意も必要だ。事故や盗難にあった場合は、速やかに警察へ被害届を出すこと。パスポートを紛失した場合は日本総領事館へ、クレジットカードやデビットカード、トラベルプリペイドカードを紛失した場合は発行会社への連絡も忘れずに。スマートフォンやタブレットを狙ったひったくりやスリも急増しているので注意しよう。盗まれたらすぐに携帯電話会社などに連絡を。

●被害者にならないために

★夜間のひとり歩きはしない(夜遅くなったらタクシーを利用する)。昼間でも人通りの少ない道には入らない。
★怪しげな人と目を合わせない。

★荷物はできるだけひとつにまとめ、足元に置くときは、両足ではさむなど身体から離さない工夫を。レストランなどでは、イスの背にかけず、膝の上か足元に。

●パスポートをなくしたら

すぐに警察へ連絡をとり、紛失(盗難)証明書を発行してもらう。日本総領事館へ連絡をして、新しいパスポートまたは、帰国のための渡航書を申請する。申請にはパスポート写真2枚、戸籍謄(抄)本や日本国籍を確認できる書類、手数料などが必要。

●病気になるってしまったら

宿泊するホテルのフロントに頼めば、医師を紹介してくれるが、自分で動ける状態であれば、加入している海外旅行保険会社のサービスセンターへ連絡し、指定の診療所へ行くのが得策。アメリカは医療費が高額なので、保険には入っておこう。市販薬は街なかのドラッグストアで購入できる。

●緊急時のために

天災や事件等に備えて、外務省の「たびレジ」に登録しておこう。渡航先の最新情報や緊急時の連絡が受け取れる。URL www.ezairyu.mofa.go.jp

サイズ表記と単位

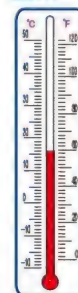
日本とアメリカでは長さや重さ、温度などの単位が異なるので気をつけよう。以下の表を参考にして。

長さ	メートル(m)	インチ(in)	フィート(ft)	ヤード(yd)	マイル(mile)
1	39.37	3.28	1.094	0.000621	
0.025	1	0.083	0.028	0.0000158	
0.305	12	1	0.333	0.000189	
0.914	36	3	1	0.00057	
1609	63360	5280	1760	1	

重さ	グラム(g)	キログラム(kg)	オンス(oz)	ポンド(lb)
1	0.001	0.001	0.035	0.002
1000	1	1	35.274	2.205
28.3495	0.028	1	0.0625	
453.59	0.453	1	1	

体積	cc	リットル(L)	クオート(qt)	メガロン(gal)
1	0.001	0.001	0.00026	
1000	1	1	1.056	0.264
946.36	0.946	1	1	0.25
3785.4	3.785	4	1	1

摂氏(°C)と華氏(°F)



電圧とプラグ

電圧は120V、周波数は60Hz。日本用の電化製品がそのまま使えるが、電圧が高いので長時間の使用や高熱を伴うものは注意。デジタルカメラやパソコンなどの場合は、100～240Vまで対応可能なものが多いので事前に取扱説明書で確認を。



コンセントの穴は3つ。2本式と3本式の2種類のプラグが使える。日本のプラグ形がそのまま利用可能

飲料水

水道水はほぼ飲用できるが、スーパーマーケットやドラッグストアではペットボトル入りのミネラルウォーターが何種類も売られているので利用する方がいいだろう。値段も日本と同じくらい。

トイレ

セキュリティの問題から、公衆トイレの数は少ない。レストランやカフェでは必ず利用しておこう。街なかでは、デパートや大型書店、大型ホテルのロビー、図書館など公共機関のトイレが清潔で使いやすい。鍵がかかっていて、店の人に鍵を借りて利用する場合もある。

チップ

アメリカではサービスを受けたらチップを渡すのが当たり前。チップに最も使われるのが\$1札。100コインをチップに入れるのは失礼とされている。

●どんなときに、いくら支払うのか

料金がからからないときは「ひと手間につき\$1」。料金を払うときは「その15～20%」と覚えておこう。

レストラン 飲食代の15～20%を目安に支払う。万一、味が悪くてもチップは15%支払おう。日本料理店ではチップを忘れる人が多いので注意。

ホテル 荷物を運んでもらったときは荷物1つにつき\$1～2。ルームサービスは運んでくれた人に料理代金の15%を渡す。部屋の掃除には枕の上に\$1～2を置いておく。

タクシー 乗車代金の15%。短距離で料金が安いときは50¢。荷物を出し入れしてもらったら、1個につき\$1ほど。

その他 トイレに係がいる場合は50¢～\$1。ツアーガイドには基本的に不要。個人で雇ったガイドや通訳には料金の10～15%。チップを渡すかどうか迷うときは、まわりのアメリカ人を観察して、マネをするといい。

●チップがいらない場合

★チップが料金に含まれている場合(伝票やレシートに「Service Charge」または「Gratuity」の欄があれば、請求金額に含まれている)。

★ファストフードやセルフサービスの店。

★ホテル側のミス(電球が切れていたなど)で修繕をしてもらった場合。

ID(身分証明書)の携帯

アメリカでは年齢確認のためだけでなく、セキュリティの面からも写真付きの身分証明書(ID)の提示を求められることが多い。旅行者はパスポートを提示することになるので、パスポートはできるだけ携帯しておこう。

カリフォルニアお役立ち便利帳

旅の基本英会話や服のサイズ、レストランでの
注意点など便利ネタを集めました。

旅のかんたん英会話

空港で

旅の目的は何ですか？
What's the purpose of your visit?
ワッツ ザ パーパス オブ ヨアー ヴィズィット

観光です。
Sightseeing.
サイトシーニング

滞在は何日ですか？
How long are you going to stay?
ハウ ローング アーユー ゴウイング トゥー スティ

5日間です。
Five days.
ファイヴ デイズ

これをドルに両替してください。
Can you change this into dollars?
キャン ユー チェインジ ディス イントゥ ドラース

エアポート・シャトル乗り場はどこですか？
Where is the airport shuttle stand?
ウエアリス ジ エアポート シャトル スタンド

私の荷物が見つかりません。
I can't find my baggage.
アイ キャント ファインド マイ バグゲッジ

ホテルで

チェックイン（チェックアウト）をお願いします。
Check in (out) please.
チェックイン（アウト）プリース

タクシーを呼んでください。
Will you call a taxi?
ウィル ユー コーラ タクシ

荷物を預かってもらえますか？
Could you keep my luggage?
クッジュー キープ マイ ラグゲッジ

お湯が出ません。
The hot water isn't running.
ザ ハット ウォーター イズント ラニング

バスタオルを1枚持ってきてください。
Could you bring me a bath towel?
クッジュー ブリン ミー ア ベアス タウオル

（部屋にかぎを置いたまま）締め出されてしまいました。
I locked myself out.
アイ ラックト マイセルフ アウト

カフェ・レストランで

今晚 7 時半に 2 人分の予約をしたいのですが。
I want to make a reservation for two people at 7:30 tonight.
アイ ウォン トゥ メイカ リザヴエーション フォー トゥ ビーポー アット セヴン サーティ トゥナイ

2 人ですが、空いてますか？
Do you have a table for two?
ドゥ ユー ハヴァ ティボー フォー トゥー

メニューを見せてください。
May I see a menu?
メイ アイ シー ア メニュー

おすすめはなんですか？
What do you recommend?
ワット ドゥ ユー リコメン

注文をお願いします。
Will you take our order?
ウィル ユー テイカワ オーダ

注文した料理がまだ来ていません。
My order hasn't come yet.
マイ オーダー ハズンツ カム イエツ

これは注文していません。
This is not what I ordered.
ディス イズ ノット ワットアイ オーダーッド

会計をしてください。
Check, please.
チェック プリース

ショッピングで

これを見せてください。
Can I see this?
キャンナイ シー ディス

試着できますか？
Can I try this on?
キャンナイ トライ ディス オン

大きい（小さい）サイズはありますか？
Do you have a bigger (smaller) one?
ドゥ ユー ハヴァ ビガア（スモラー）ウン

いくらですか？
How much is this?
ハウ マッチ イズ ディス

このクレジットカードは使えますか？
Can I use this credit card?
キャンナイ ユース ディス クレディット カード

観光で

何時まで開いてますか？
How late are you open today?
ハウ レイト アー ユー オープン トゥデイ

日本語のパンフレットはありますか？
Do you have a Japanese brochure?
ドゥ ユー ハヴァ ジャパニーズ ブロッシュア

写真を撮ってもいいですか？
Can I take pictures?
キャンナイ テイク ピクチャーズ

フィッシャーマンズ・ワーフに行きたいのですが。
I want to go to the Fisherman's wharf.
アイ ウォントゥ ゴー トゥ ザ フィッシャーマンズ ワーフ

このバスはユニオンスクエアに行きますか？
Does the bus go to Union Square?
ダズ ザ バス ゴー トゥ ユニオンスクエア

（バスで）着いたら教えてもらえますか？
Could you tell me when to get off?
クッジュー テル ミー ウェン トゥ ゲット オフ

（タクシーでメモを見せて）この住所へ行ってください。
To this address, please.
トゥ ディス アドレス プリース

緊急時に

助けて！ やめて！
Help! Stop it!
ヘルプ ストッピツ

警察（救急車）を呼んでください。
Please call a police (an ambulance).
プリース コール ア ポリス（アン アンビュランス）

頭（お腹）が痛いです。
I have a headache (stomachache).
アイ ハヴァ ヘディク（ストマクエイク）

気分が悪いです。
I feel sick.
アイ フィール スィック

財布（パスポート）をなくしました。
I lost my wallet (passport).
アイ ローストウ マイ ワレット（パスポート）

日本語ができる人はいませんか？
Does anyone speak Japanese?
ダズ エニワン スピーク ジャパニーズ

サイズ表記の違い

アメリカと日本では、サイズ表記が異なるので、以下の表を参考に。ただし、メーカーによってかなりのバラつきがあるので、購入前には必ず試着をしよう。

● 婦人服

日本	5	7	9	11	13	15	17
アメリカ	2	3	5	8	10	12	14

● 紳士服（スーツ）

日本	S		M		L		LL
アメリカ	44	46	48	50	52	54	56

● 指輪

日本	7	9	11	13	15
アメリカ	4	5	6	6.5	7.5

● 婦人靴

日本	22	22.5	23	23.5	24	24.5	25
アメリカ	5	5.5	6	6.5	7	7.5	8

● 紳士靴

日本	24.5	25	25.5	26	26.5	27	27.5
アメリカ	7	7.5	8	8.5	9	9.5	10

レストランのアドバイス

人気店や高級レストランは予約を

高級レストランや人気店は予約していくのがおすすめ。自分で電話するのが不安なら、ホテルのコンシェルジュにお願いすればOK。最近ではウェブ予約できる店も多い。

服装とマナー

服装についてはうるさくないが、高級レストランでは、ある程度おしゃれしていくのがスマート。店に入ったら、スタッフの案内で席につくのがルール。テーブルごとに担当が決まっているので、注文などは担当のウェイトーやウェイトレスに。支払いはテーブルで。食事が終わったら、「Check, please」と声をかければOK。

チップについて

料金の15%が基本。伝票に「Service Charge」「Gratuity」とある場合は、すでに加算されているので支払は不要。カード利用の場合は、伝票のチップ欄に金額を書き入れ、合計金額を記入してサインする。チップだけを現金で支払ってもOK。

アップル ユニオン スクエア	80
アノミー	83
アブシーン・ブラスリー&バー	91
アマゾンGo	92
アモーレ・ベート	83
アルカトラズ島	77
アルゴノート	95
イエルバ・ブエナ・ガーデンズ	81
H ヴァーティゴ・サンフランシスコ	94
H ヴィタール	95
ウェストフィールド・サンフランシスコセンター	81
ヴォイジャー・ショップ	84
ウォーターバー	88
ウォルト・ディズニー・ファミリー・ミュージアム	69
エイクン	86
H エグゼクティブ ホテル ヴィンテージ コート・サンフランシスコ	94
エスエフ・シティウェア	75
H エンブレム・サンフランシスコ	95
オークランド	87・付録6
H オーチャード・ガーデン	95
オールバーズ	85
H オラクルパーク (サンフランシスコ・ジャイアンツ)	12

カウガール・クリマリーズ・アルチザン・チーズ	79
カフェM	87
カフェX	92
カリフォルニア大学バークレー校	付録7
キャナリー	75
ギラデリ・スクエア	75
ギラデリ・チョコレート・マーケット・プレイス	75
H クイーン・アン	95
グリーンズ・レストラン	89
クリエーター	69・92
グレイスタス聖堂	73
クロスローズ・トレーディング	82
ケーブルカー博物館	73
H ゴールデン・ゲートブリッジ	76

サウスリート	付録9
サックス・フィフス・アベニュー	80
サンズ&ドクターズ	90
サンフランシスコ近代美術館	81
シービーツ	86・付録7
ジョ・ジェラティ	93
ジャクソン&ボーク	75
ジャック・ロンドン・スクエア	付録6
ジュエイス・現代博物館	81
ジョナサン・アドラー	82
ズーニーカフェ	90
スコマズ (サウスリート)	付録9
スコマズ (フィッシャー・マンズ・ワーフ)	88
スミッテン・アイスクリーム	85・93
セールスフォース・タワー	69
セールスフォース・トランジット・センター	15・69・81
セラビー・ストアーズ	84
セレンディビティ	84
ソーマ	81

H W サンフランシスコ	95
チェイス・センター (ゴールデンステート・ウォリアーズ)	13
チェスナッツ・ストリート	83
チャイナタウン	73
ディケーズ・オブ・ファッション	85

ナバ・バレー・ワイナリー・エクステンジ	81
ニードルス&ペンズ	84
ニーマン・マーカス	80
ノードストローム	80
ノーバ	90
ノーマンズ・アイスクリーム&フリーズイズ	75

パークレー	86・付録7
H ハーバーコート	95
バイシクル・コーヒー	付録6
バイライト・クリマリー	93
バシフィック・ハイツ	73
パン・ミー	82
ピア39	75
ピア・マーケット	75
ピッチーノ	89
H ヒルトン・サンフランシスコ・ユニオン・スクエア	94
フィグ・アンド・ディスティル	91
フィッシャー・マンズ・ワーフ	73・74
フィルモア・ストリート	82
フェリービルディング	73・78
フェリービルディング・マーケットプレイス	79
フェリープラザ・ファーマーズ・マーケット	78
フェリー・プラザ・ワイン・マーチャント	79
フォーバレル・コーヒー	92
フォーリン・シネマ	89
フォグ・ハーバー・フィッシュ・ハウス	75
H フティ・オーベルジュ	95
ブルース・チョコレート・パークレー	87
ブルー ボトル コーヒー	92
ブルー・マーメイド	75
ブルームング・デールズ	80
ブレイジング・サドルズ	15・76
ブレンディット	92
ヘイズ・バレー	85
ヘイト・アシュベリー	85
ベッパ・ヴィータ	87・付録7
ベティート・クレン	85
ベネフィット (チェスナッツ・ストリート)	83
ベネフィット (パークレー)	86
ボウティン	74
ホグ・アイランド・オイスター・カンパニー	79
H ホワイト・スワン・イン	95

マーケット・ストリート	72
マコーミック&クレトズ	75
ミキボイ・ランチ	79
ミッション	84
メイシーズ	80
モーニング・ラベンダー	83
ユニオン・スクエア	73・80
ユニオン・ストリート	83
ユーカイ・エクスプレス	92

リクイッティ コンフェクション	93
リングセントラル・コロシアム (オークランド・アスレチックス)	12
ロックリッジ	付録7
ロックリッジ・マーケット・ホール	87
ロンバード・ストリート	73

ワイルドシード	91
---------	----

サンフランシスコから 1Dayトリップ

ヴィ・サットウイ [ナバ]	105・付録7
エリザベスW [カーメル]	付録5
オールド・フィッシャー・マンズ・ワーフ [モントレー]	付録5
カーメル [カーメル]	109・付録5
カサノヴァ [カーメル]	付録5
カリフォルニア州立鉄道博物館 [サクラメント]	付録9

クレeps・オブ・ブリタニー [モントレー]	付録5
サクラメント [サクラメント]	付録9
サッター・諸州史跡公園 [サクラメント]	付録9
サンタローザ [サンタローザ]	付録8
シミ [ソノマ]	105
H セイクリッド・ロック・リゾート [メンドシーノ]	付録8
17マイル・ドライブ [モントレー]	付録5
ソノマ [ソノマ]	105

チャールズ M. シュルツ博物館 [サンタローザ]	付録8
ナバ [ナバ]	105・付録7
ナバ・プレミアム・アウトレット	付録7

ハーフ ムーン ベイ [ハーフ ムーン ベイ]	109
ヒルズバーグ [ヒルズバーグ]	付録8
メンドシーノ [メンドシーノ]	付録8
モントレー [モントレー]	109・付録5
モントレー・ベイ水族館 [モントレー]	付録5

レイク・タホ [レイク・タホ]	付録9
レドフォード・ハウス [メンドシーノ]	付録8

サンノゼ San Jose

アップル インフィニット ループ	108
インテル・ミュージアム	108・付録4
ウィンチェスター・ミステリー・ハウス	107
SP2 コミュナル バー+レストラン	108

カフェ・フラスカティ	108・付録4
------------	---------

サンノゼ美術館	107
H サンノゼ・マリOTT	109
サン・ペドロ・スクエア	107
サン・ペドロ・スクエア・マーケット	108
スタンフォード大学	109・付録4

テック・インターラクティブ博物館	107
------------------	-----

H ヒルトン・サンノゼ	109
H フォーポイントバイシェラトン・サンホセダウンタウン	109

国立公園 National Park

エル・キャピタン [ヨセミテ国立公園]	103
グレイシャー・ポイント [ヨセミテ国立公園]	103
トンネル・ビュー [ヨセミテ国立公園]	103
ハーフ・ドーム [ヨセミテ国立公園]	103
ヨセミテ国立公園 [ヨセミテ国立公園]	102
ヨセミテ滝 [ヨセミテ国立公園]	102・103

INDEX

観光スポット & イベント
ショップ レストラン
ホテル

ロサンゼルス

Los Angeles

あ

食 アース・カフェ	37
食 アーティストリクト	17-20
食 アーバン・ベーパー・ブティック	53
食 アカデミーミュージアム	17
食 アナハイム	17
食 アポット・キーニー	17
食 アロハブラザーズ・サーフ・レッスンズ	34
食 アンド アザーストリーズ	34
H インターコンチネンタル・ロサンゼルス・センチュリー・シティ	56
食 インテリゲンシア コーヒー ベニス・コーヒーバー	37
食 ウェスト・ハリウッド	22
食 ウォーク・オブ・フェイム	33-40
食 ウォルト・ディズニー・コンサートホール	39
食 ウマミ・バーガー	42
食 H・ロレンツォ	49
食 L.A.ライブ	21-39
食 エルシーディー	48
食 エレウォン	51
食 エンゼルス・スタジアム(ロサンゼルス・エンゼルス)	12
H オー	57
H オーランド	57
食 オルベラ・ストリート	21-39

か

H カーメル・バイ・ザ・シー	57
食 カッセルズ・ハンバーガーズ	42
食 カボウ・サーフクラブ	14
食 カマリロ・プレミアム・アウトレット	付録10
食 カリフォルニア・サイエンス・センター	21
食 カリフォルニア大学ロサンゼルス校	41
食 カリフォルニア・ヘリテージ・ミュージアム	37
食 カリフォルニア・マーケットプレイス	29
食 キットソンLA	35
食 グランド・セントラル・マーケット	39-50
H クレセント	57
食 グローブ	40

さ

食 サード・ストリート・ブロムナード	36-41
H ザ・ビバリーヒルズ・ホテル	22
食 ザ・ビバリー・ヒルトン	56
食 サンセット・ストリップ	40
食 サンタモニカ	36
食 サンタモニカ・バイク・レンタルズ	15
食 サンタモニカ・ピア	36-41
食 サンタモニカ・ビーチ	23
食 サンタモニカ・ファーマーズ・マーケット	50
食 サンタモニカ・プレイス	36-41
食 サンティ・アレイ	39
食 シティ・ターゲット	53
食 ジャック&ジルス・ツウ	35
H シャトー・マーマント	57
食 ジョー・ジタン・カップケーキ ロサンゼルス	35-47
食 スー・ラ・ターブル	36-53
食 スタイルズ・センター(ロサンゼルス・クリッパーズ、ロサンゼルス・レイカーズ)	13-39
食 ストナー・スケートパーク	14
食 スプリングル・カップケーキ	47
食 セフォラ	54
食 ソニー・ピクチャーズ・スタジオツアー	33
食 ソルト	37-49

た

食 ダウンタウンLA	20
食 ダウンタウン・ディズニー	28

食 TCLチャイニーズ・シアター	32
食 TJマックス	55
食 ディズニー・カリフォルニア・アドベンチャー・パーク	27
H ディズニー・グランド・カリフォルニア・ホテル&スパ	28
H ディズニー・パラダイス・ピア・ホテル	28
食 ディズニーランド・パーク	26
H ディズニーランド・ホテル	28
食 ディズニーランド・リゾート	24-25
食 テン・ウーマン	37
食 トゥー・ロデオ	34
食 トースト・ベーカーリー・カフェ	43
食 ドジャー・スタジアム(ロサンゼルス・ドジャース)	12
食 ドッツ・カップケーキ	47
食 ドルビー・シアター	32-40
食 トレーダー・ジョーズ	51-54

な

食 ナッツベリー・ファーム	24-29
H ナッツベリー・ファーム・ホテル	29
食 ノードストロム・ラック	55

は

食 バーガーラウンジ	42
食 バーチ	45
食 バザー・バイ・ホセ・アンドレス	44
食 バシフィック・パーク	36
食 バニラ・ベーク・ショップ	47
食 バビロンゲート	32
食 ハマス・バー・エクスプレス	36-46
食 パラダイス・コープ・ビーチ・カフェ	付録10
食 パラマウント・ピクチャーズ・スタジオツアー	33
食 ハリウッド	21
食 ハリウッド&ハ일랜드	32-40
食 ハリウッドスターの壁画	33
食 ハリウッドセブの邸宅ツアー	22-34
食 ハリウッド・ブルバード	33
食 ビーチヨガ・ソール	15
H ビバリー・ウィルシャー・フォーシーズンズ	40
食 ビバリー・ガーデンズ・パーク	22
食 ビバリー・センター	35-40
食 ビバリー・ヒルズ	22-34-41
食 ファーマーズ・マーケット	40-50
H フォーポイント・バイ・シェラトン・アナハイム	57
食 ブラネット・ブルー	34
食 フレンチ・クレープ・カンパニー	32
食 ブロード	21
食 ヘイスト	48
食 ペーパー・ソース	53
食 ベニス・ビーチ	23-41
食 ベニス・ビーチ・スケートパーク	14
食 ヘリングボーン・サンタモニカ	44
食 ボーダー・グーリル・ダウンタウンLA	46
食 ホールフーズ・マーケット	51-54
食 ポケット	53
食 ホップオン・ホップオフシティツアー	38
食 ボノ・バーガー	42
食 ボルカドッツ&ムーン・ビームス	49

ま

食 マーシャルズ	55
食 マダム・タッソー・ハリウッド	33
食 マリブ	付録10
食 マリブ・ビーチ	23
食 マンハッタン・ビーチ	23
H ミレニアム・ビルトモア・ロサンゼルス	56
食 メイン・ストリート	37-41
H モンドリアン・ロサンゼルス	57

や

食 ユニオン・ステーション	39
食 ユニバーサル・シティウォーク	31

食 ユニバーサル・スタジオ・ハリウッド 21・24・30・40

ら

食 ラストブック・ストア	21
H ラックス・ロデオ・ドライブ	57
食 リテラティ・カフェ	43
食 リトルトン・キー	20
食 ル・バン・コティディアン	43
食 ロウ DTLA	17
H ロウズ・サンタモニカ・ビーチ	57
食 ロザリン	46
食 ロサンゼルス都立美術館	40
食 ロサンゼルス現代美術館	39
食 ロデオドライブ	22・34-40
食 ロバートソン・ブルバード	35
食 ロブスター	45

わ

食 ワーナー・ブラザーズ・スタジオツアー	33
----------------------	----

ロサンゼルスから

1 Dayトリップ

あ

H ウェスティン サンディエゴ	
食 ガスランプ・クォーター [サンディエゴ]	59
H ウェストゲートホテル [サンディエゴ]	59
食 オールドタウン [サンディエゴ]	59
食 オールドタウン・ロリー・ツアーズ [サンディエゴ]	58

か

食 カーサ・デ・レイズ・レストラン [サンディエゴ]	59
食 ガスランプ・クォーター [サンディエゴ]	59
H キンブトン・キャナリー・ホテル [サンタバーバラ]	付録11

さ

食 サクレント・カフェ・ワイン・シャークテリ [ソルバング]	付録11
食 サンストーン・ヴィンヤーズ&ワイナリー [サンタバーバラ]	付録11
食 サンタバーバラ [サンタバーバラ]	付録11
食 サンタバーバラ郡庁舎 [サンタバーバラ]	付録11
食 サンタバーバラ・フィッシュハウス [サンタバーバラ]	付録11
食 サンディエゴ [サンディエゴ]	58・付録13
食 サンディエゴ・ミッション [サンディエゴ]	59
食 シーワールド [サンディエゴ]	59
食 ジョリー・ハス・ソルバング・クリスマス・ハウス [ソルバング]	付録11
食 ソルバング [ソルバング]	付録11

た

食 デザートヒルズ・プレミアム・アウトレット [バームスプリングス]	付録12
食 デニッシュ・ミル・ベーカーリー [ソルバング]	付録11
食 テメキュラ [テメキュラ]	付録12
食 テメキュラ・ラベンダー [テメキュラ]	付録12

は

食 バームスプリングス[バームスプリングス]	付録12
食 バシフィック・ギャラリー [ラグナビーチ]	付録13
食 バルボアパーク [サンディエゴ]	59
食 ベイリー・ヴィンヤード&ワイナリー [テメキュラ]	付録12

ま

食 マウント・パロマ・ワイナリー [テメキュラ]	付録12
食 ミッション・サンタバーバラ [サンタバーバラ]	付録11

ら

食 ラグナビーチ [ラグナビーチ]	付録13
食 ラス・プリサス [ラグナビーチ]	付録13
食 ラ・ホヤ [ラ・ホヤ]	付録13
H リバブリック・サンディエゴ・オートグラフ・コレクション	59
食 ルル・カリフォルニア・ビストロ [バームスプリングス]	付録12

サンフランシスコ

San Francisco

あ

食 アクミブレッド	79
-----------	----

最終
締め切り
2021年
3月末日

まっぷるリンク

アンケートに答えてプレゼントをGETしよう!

アンケートにお答えいただき、必須事項を入力の上、ご応募ください。抽選で賞品をプレゼントします。

応募方法

無料スマホアプリ

「まっぷるリンク」でご応募ください

この本の巻頭に付いている付録を見ながら「まっぷるリンク」をダウンロードし、アンケートページでアンケートを入力してください。

※当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。



まっぷるリンクの
トップ画面から、巻頭
付録にあるQRコード
を読み込み
まっぷるリンクのメニ
ューから、アンケート
画面をタップ

個人情報の取扱いについて

読者の皆さまからご提供いただいた個人情報(住所・氏名・電話番号など)は、①プレゼント当選者への賞品の発送、②今後の新企画(地図・旅行ガイド・その他出版物、インターネットによる情報提供など)の参考とするアンケート調査、③当社からの新商品・新サービスに関するご案内の送付に利用させていただきます。他の目的には使用いたしません。また、情報の管理については、当社が責任をもって行います。詳細は当社ホームページに掲載されているプライバシーポリシーをご覧ください。

●当社はプレゼント応募・アンケートなどの一環として個人情報を収集します。ご提供いただいた情報は上記目的の①～③に使用することを予めご承諾されたものとさせていただきます。情報のご記入については任意ですが、未記入の場合はプレゼント抽選の対象外となることをご了承ください。

●当社は、外部の企業に個人情報の集計・分析等を委託することがあります。

●当社は、個人情報を特定個人が識別できない統計情報として処理し、当社が適切と判断する目的のために開示することがあります。

●ご提供いただいた個人情報の開示・訂正・追加および削除については、本人からのご請求に限り利用目的の達成に必要な範囲内で対応いたします。

【個人情報取扱いについての問い合わせ先】

〒135-0006 東京都東区常盤1-18-2 株式会社 個人情報担当 FAX:03-5625-4128

ご希望のプレゼントをひとつ選んでください。

A
コース

10名様

JCB
ギフトカード
(1万円分)



B
コース

15名様

レッドホース
コーポレーション(株)提供
まっぷる おみやげ
クーポン(5000円券)



※巻末「海外おみやげ宅急便」に掲載
の商品を購入できる、5000円相当の
クーポン券です。

C
コース

50名様



図書カード NEXT
(1000円分)

※「まっぷるマガジン」[昭文社ムック]シリーズのアンケートに答えていただいた
方のなかから3・6・9・12月末日に抽選して当選者を決定します。



今度の海外旅行も

まっぷるで!

最新の出版案内は
webでチェックできます。

マップル 検索
<https://www.mapple.co.jp/>

- 韓国 ソウル・釜山・済州島 mini
- ソウル mini
- プサン 慶州
- 上海 蘇州
- 香港 マカオ mini
- 台湾 mini
- 台北 mini
- ベトナム ホーチミン・ハノイ・ダナン mini
- タイ・バンコク mini
- マレーシア
- シンガポール mini
- バリ島 mini
- フィリピン セブ島・マニラ
- ロンドン・イギリス
- パリ・フランス mini
- イタリア mini
- ドイツ ロマンティック街道
- ウィーン プラハ・ブダペスト
- スペイン

- ニューヨーク
- カリフォルニア・ロサンゼルス・サンフランシスコ
- ハワイ mini
- ホノルル mini
- グアム mini
- オーストラリア
- とっておきホノルル ショッピング&グルメ
- Mapple PLUS 台北
- Mapple PLUS ソウル
- Mapple PLUS ホノルル
- アクティブ ハワイ
- ハワイ パーフェクト本

mini マークのある商品は
\\持ち運びに便利なサイズ//
mini版も好評発売中!

STAFF

編集

昭文社編集部(石原永二郎)、情報技研(山内章子)、木村由香里

取材・執筆

情報技研(山内章子・木村みゆき)、木村由香里、星野佐奈絵

撮影

佐々木実佳、末松正義、長谷川ゆり、安田仁志

表紙写真

AFL0

表紙デザイン

フランシスコスタジオ

本文デザイン

Rudy69

校正

光永玲子、山下さおり、三和オー・エフ・イー

DTP制作

タスクフォース

地図制作協力

周地社、露木奈穂子

現地スタッフ

梯伸子(ロサンゼルス)、関根絵里(サンフランシスコ)

企画・取材協力

カリフォルニア観光局

企画プロデュース

WHITE

取材協力

ロサンゼルス観光局、ロサンゼルス国際空港、
ウエスト・ハリウッド観光局、サンタモニカ観光局、ビバリーヒルズ観光局、
サンフランシスコ観光協会、サンフランシスコ国際空港、サンディエゴ観光局、
サンノゼ観光局、ハーツレンタカー、AFL0、iStockphoto、Getty Images

印刷所

大日本印刷

まっぷるマガジン

まっぷる カリフォルニア・ロサンゼルス・サンフランシスコ

2020年5月15日発行

発行人 清水康史

編集人 井上健太郎

発行所 昭文社

本社 〒102-8238 東京都千代田区麹町3-1

☎0570-002060(ナビダイヤル)

PHS、IP電話などをご利用の場合は

☎03-3556-8132

※平日9:00~17:00(年末年始、弊社休業日を除く)

ホームページ <https://www.mapple.co.jp/>

■本誌に掲載した内容は、2020年1月~3月の取材・調査によるものです。

本誌出版後、飲食店メニュー、商品内容、料金は各種データが変更されたり、季節による変動や臨時休業など
ご利用できない場合があります。ご利用の際には、改めて事前にご確認ください。また、本誌に掲載された内容により
生じたトラブルや損害等については、弊社では補償いたしかねますので、あらかじめご了承ください。

※乱丁・落丁本はお取替いたします。

許可なく転載、複製することを禁じます。

©Shobunsha Publications, Inc. 2020.5 3-①

MAPPLE

地球にやさしいUV加工 / 定価は表紙に表記してあります。



“いま” 気になる場所
知らなかった景色



四季を感じる風景
ストーリーのある旅へ



新しい“旅のきっかけ”マガジン

ことりっふ Magazine

年4回発刊
A4変



定期購読すると
電子版が無料

スマートフォン、タブレット、
パソコンなどで
いつでもご覧いただけます

ことりっふ 定期購読



定期購読のお申し込み先は、
雑誌のオンライン書店 Fujisan.co.jp となります。
定価のご確認およびご利用は Fujisan.co.jp の利用規約に準じます

昭文社

アメリカ

どこでも安心定額通信
全米最大のカバーエリア

Wi-Fi ルーターレンタル

超高速 Wi-Fi [U.S.データ]

U.S. DATA

超高速通信 4G 対応

1日 **690円** ~

1日 **700MB** の超大容量

< または >

データ利用 **完全無制限**

連続通信時間が違う！ データ使用容量が違う！ 選べる3種類の U.S.データ

SUPER U.S. DATA

完全 **無制限** 連続通信時間 **17時間**

4G LTE AT&T 社 WiFi2914



1日 **930円**

U.S. DATA basic

大容量 1日 **700MB** 連続通信時間 **13時間**

4G LTE Verizon 社 Jetpack Mifi4620LE



1日 **790円**

U.S. DATA BIG

大容量 1日 **700MB** 連続通信時間 **8時間**

4G LTE T-Mobile 社 HotSpot Z915



1日 **690円**

😊 往復宅配送料 完全無料 ネットで予約・自宅に届き・ポストへ返却 ¥0

超高速 Wi-Fi [U.S.データ]

U.S. DATA

アメリカWi-Fiレンタルなら
US データ 検索
www.gmobile.biz/us

株式会社グローバルモバイル
☎ **03-3265-1058**
11:00-17:00 (土・日・祝日も営業)
東京都千代田区飯田橋 4-4-6 SJビル 3F